



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale LAZIO

DISPOSITIVO TECNICO – ORGANIZZATIVO

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI ALLIEVI/E SU PISTA

+ open Jun/Pro/Sen/Master

Roma, Stadio della Farnesina, Venerdì e Domenica 9 e 11 Settembre 2016

ORGANIZZAZIONE: COMITATO REGIONALE FIDAL LAZIO – Via Flaminia Nuova, 830 - 00191 – Roma
Tel: 06.33221775 – Email: tecnico.lazio@fidal.it

IMPIANTO LUOGO GARA: Stadio della Farnesina – Via Maresciallo Cavriglia - ROMA

ISCRIZIONE ONLINE: **CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI ALLIEVI/E OPEN ASS.** – 9/11 Settembre 2016.
Riferimento per le iscrizioni online **ID 610980** – primo campo a sinistra che ordina l'elenco delle gare disponibili.

ISCRIZIONI: Le iscrizioni potranno essere effettuate esclusivamente Online attraverso il sito federale nella sezione Servizi Online. Per eventuali problemi e informazioni procedurali contattare il referente iscrizioni telefonicamente. **Le iscrizioni termineranno Mercoledì 7 Settembre 2016 alle ore 24:00.**

PUBBLICAZIONE l'elenco degli iscritti sarà pubblicato Giovedì 8 Settembre 2016 sul sito Regionale, dopo
ISCRIZIONI: le ore 15:00. Raccomandiamo a tutti di verificare l'esattezza delle operazioni di iscrizione svolte online.

CONFERMA ISCRIZIONI: entro 60' prima dell'inizio della gara.

PROGRAMMA TECNICO: **ALLIEVI** **1^giornata** = 100mt, 400mt, 1500mt, 2000st, 110Hs, 4x100mt
Asta, Triplo, Disco, Giavellotto
2^giornata = 200mt, 800mt, 3000mt, 400Hs, 4x400mt
Alto, Lungo, Peso, Martello

ALLIEVE **1^giornata** = 100mt, 400mt, 1500mt, 2000st, 110Hs, 4x100mt
Alto, Triplo, Peso, Martello
2^giornata = 200mt, 800mt, 3000mt, 400Hs, 4x400mt
Asta, Lungo, Disco, Giavellotto

n.b. la gara di Marcia 5km Allievi/e valevole come Campionato Regionale Individuale sarà disputata in data 17 settembre a Roma durante la seconda fase del CDS Allievi

REFERENTI: **Ref. Organizzativo:** Valerio Viola – cell. 339.1120556
Ref. Tecnico: Emilio De Bonis – cell. 333.3901682
Ref. Iscrizioni: Luigi Botticelli – Cell. 335.7624042 – email: botticelli@fidallazio.it

PREMIAZIONI: Sono premiati con medaglia i primi 3 atleti/e classificati di ciascuna gara Allievi/e. Agli atleti primi classificati di ciascuna gara è assegnata la maglia di Campione Regionale Allievi/e 2016.

NORME DI PARTECIPAZIONE: Gli atleti possono partecipare, nel complesso dei Campionati, ad un massimo di due gare individuali più una staffetta oppure ad una gara individuale più due staffette.

REGOLAMENTI: *Campionati Regionali Individuali Allievi/e:* vedere *Regolamenti Attività Estiva* sul sito <http://lazio.fidal.it> alla pagina: 60

Progressioni Salto in Alto *Allieve:* 1.30–1.35–1.40–1.43–1.46–1.49–1.52–1.55–1.57 quindi di 2cm in 2cm
J/P/S: 1.30–1.35–1.40–1.45–1.48–1.51–1.54–1.57–1.60–1.63 quindi di 2cm in 2cm
Allievi: 1.40–1.50–1.55–1.60–1.65–1.70–1.73–1.76–1.79–1.81 quindi di 2cm in 2cm
J/P/S: 1.50–1.60–1.65–1.70–1.75–1.80–1.85–1.89–1.92–1.95 quindi di 2cm in 2cm

Progressioni Salto con l'Asta *Allieve:* 2.10–2.30–2.50–2.70–2.80–2.90 quindi di 5cm in 5cm
J/P/S: 2.30–2.50–2.70–2.85–3.00–3.10–3.20 poi 5cm in 5cm
Allievi: 2.60–2.80–3.00–3.20–3.35–3.50–3.60–3.70–3.80 quindi di 5cm in 5cm
J/P/S: 3.00–3.30–3.50–3.70–3.90–4.05–4.20–4.30–4.40 quindi di 10cm in 10cm fino a 5.00 poi di 5cm in 5cm

1^a giornata - RITROVO - ore 14:00				
Orario	Allievi	Assoluti Open	Allieve	Assolute Open
15:15			Martello	Martello
16:00	110 Hs			
16:10		110 Hs	Salto Triplo	Salto Triplo
16:20	Asta	Asta	100 Hs	
16:30	Disco	Disco		100 Hs
16:45	100 mt	100 mt		
17:15			100 mt	100 mt
17:35	400 mt	400 mt		
17:35	Salto Triplo	Salto Triplo	Salto in Alto	Salto in Alto
18:10	Giavellotto	Giavellotto	400 mt	400 mt
18:30	2000 st			
18:40			2000 st	
18:50	1500 mt	1500 mt	Peso	Peso
19:10			1500 mt	1500 mt
19:25	4x100 mt	4x100 mt		
19:30			4x100 mt	4x100 mt

n.b. la gara di Marcia 5km Allievi/e valevole come Campionato Regionale Individuale sarà disputata in data 17 settembre a Roma durante la seconda fase del CDS Allievi

NOTA BENE: Gli orari potranno subire variazioni in base al numero degli iscritti, eventuali modifiche verranno comunicate nelle 24 ore successive al termine delle iscrizioni riportato sul dispositivo

2^a giornata - RITROVO - ore 14:00				
Orario	Allievi	Assoluti Open	Allieve	Assolute Open
15:15	Martello	Martello		
16:00	Lungo	Lungo		
16:00		400 Hs	Asta	Asta
16:15	400 Hs		Disco	Disco
16:25	Peso	Peso	400 Hs	400 Hs
16:45	200 mt	200 mt		
17:15	Alto	Alto	200 mt	200 mt
17:30			Giavellotto	Giavellotto
17:40	800 mt	800 mt	Lungo	Lungo
18:10			800 mt	800 mt
18:30	3000 mt	3000 mt		
18:50			3000 mt	3000 mt
19:10	4x400 mt	4x400 mt		
19:20			4x400 mt	4x400 mt

NOTA BENE: Gli orari potranno subire variazioni in base al numero degli iscritti, eventuali modifiche verranno comunicate nelle 24 ore successive al termine delle iscrizioni riportato sul dispositivo