



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Regionale Sardo

**1° PROVA PER IL CONSEGUIMENTO DEL MINIMO
DI AMMISSIONE PER I GIOCHI DELLE ISOLE**

CAGLIARI STADIO COMUNALE DELL'ATLETICA LEGGERA
18 MARZO 2012

Il Comitato Regionale F.I.D.A.L. indice ed il Comitato Provinciale di Cagliari organizza la 1° prova selettiva per i giochi delle Isole, la manifestazione avrà luogo a Cagliari nello stadio Comunale dell'Atletica Leggera.

La fase Internazionale dei Giochi delle Isole si svolgeranno nell'isola delle Sardegna dal 25 al 27 Maggio 2012 .

Possono Partecipare tutti gli Atleti della Categorie Allievi , Allieve. E gli Atleti della Categoria Cadetti e Cadette nati/e nell'anno 1997

Possono partecipare alle gare anche gli Atleti Cadetti/e nati/e nell'anno 1998 , Junior, Promesse e Senior.

Le iscrizioni si effettueranno on-line sul sito www.fidal.it entro il 15 Marzo 2012.

Funzionerà il cronometraggio elettrico

Il pettorale sarà fornito dalla F.I.D.A.L.

La tassa d'iscrizione per la Categoria Cadetti/e Allievi/e è di € 1,50 per Atleta gara.

Ogni decisione sul numero dei componenti la rappresentativa spetta alla commissione Tecnica Internazionale dei Giochi.

PROGRAMMA ORARIO DEL 18 Marzo 2012

U O M I N I	ORE	D O N N E
Ritrovo Giurie e Concorrenti	9,30	Ritrovo Giurie e Concorrenti
Termine conferma iscrizioni	10.15	Termine conferma iscrizioni
Martello Kg 5,000	10.15	Martello Kg 4,000
Asta	10.15	Asta
	10.30	Metri 100 Hs
	10.30	Triplo
Metri 110 Hs	10.40	
	10.50	Metri 100
Metri 100	11.00	Disco Kg 1,000
Triplo	11.15	Metri 1500
Metri 1500	11.25	Alto
Disco Kg 1,500	11.20	
	11.30	
Peso Kg. 5,000	11.30	Lungo
	11.35	Metri 200
Metri 200	11.45	Giavellotto Kg. 0,600
Alto	12.00	Metri 3000
Metri 3000	12.15	Peso Kg 4,000
Lungo		
Giavellotto Kg. 0,700	12.30	Metri 800
Metri 800	12.40	
	12.50	Metri 400
Metri 400	13.00	
	13.10	Metri 400 Hs
Metri 400 Hs	13.20	

Il presente orario è indicativo, potrà subire variazioni per il buon andamento della manifestazione e in relazione al regolamento Internazionale dei giochi delle Isole.

Progressione salto in Alto Uomini: 1,45 – 1,50 – 1,55 – 1,60 – 1,65 – 1,70 – 1,75 – 1,78 - 1,80 – segue di 3 Cm in 3 Cm.

Progressione salto in Alto Donne: 1,30 – 1,35 – 1,40 - 1,45 – 1,50 – 1,55 – 1,60 – 1,65 – 1,68 – segue di 3 Cm in 3 Cm.

Progressione salto con l'Asta Uomini: 2,80 – 3,00 – 3,20 – 3,40 – 3,60 – 3,80 – 3,90 – 4,00 – 4,10 segue di 10 Cm in 10 Cm.

Progressione salto con l'Asta Donne: 2,40 – 2,60 – 2,80 – 2,90 – 3,00 – 3,10 – 3,20 – 3,30 – segue di 10 Cm in 10 Cm.

F.I.D.A.L.
Comitato Provinciale Cagliari

F.I.D.A.L.
Comitato Regionale Sardo

Cagliari 8 Marzo 2012