



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Provinciale Frosinone



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Provinciale Frosinone

DISPOSITIVO TECNICO – ORGANIZZATIVO
CEPRANO (FR) – Stadio “A. Vollero”
Lunedì 25 aprile 2022

Corri, salta, lancia
CIOCIARIA GAMES 2022

ORGANIZZAZIONE: POL. ATLETICA CEPRANO – COMITATO PROVINCIALE FIDAL FROSINONE

LUOGO GARA: STADIO COMUNALE “A. VOLLERO” – CEPRANO (FR)

ISCRIZIONI:

Le iscrizioni potranno essere effettuate esclusivamente Online attraverso il sito federale nella sezione servizi online. Per eventuali problemi procedurali contattare il referente iscrizioni.

**Le iscrizioni termineranno GIOVEDÌ 21 APRILE alle ore 24:00,
e verranno pubblicate sul sito del CR Lazio venerdì 22 aprile**

CONFERMA ISCRIZIONI: La conferma iscrizioni dovrà essere effettuata 60' prima dell'inizio delle gare.

PROGRAMMA TECNICO : *Esordienti : duathlon (m. 60/salto in lungo)*

duathlon (m. 60/vortex)

Ragazzi/e – 60mt/lungo/vortex/4x100mt

Cadetti/e – 80mt/300mt/600mt/alto

All/Jun/Sen/Mas M/F: 100mt/400mt/800mt/1500mt/peso/lungo

CRONOMETRAGGIO:

Elettrico.

REFERENTI:

Ref. Tecnico: Fabrizio Mirabello - mirafabri@libero.it (3282117545)

Ref. Organizzativo: Sandro Ceccacci – cp.frosinone@fidal.it (3397638952)

Ref. Iscrizioni: Stefano Troia – iscrizioni@fidallazio.it (3312475614)

ATTIVITA' OUTDOOR – STADIA E NON STADIA (ALLENAMENTI E COMPETIZIONI)	
Certificazione Verde Covid-19 Base	SI (ESCLUSI GLI ATLETI E I MINORI DI ANNI 12)
Mascherina FFP2	SI SOLO PER PUBBLICO E ACCOMPAGNATORI (***)

Su tutto il territorio nazionale le competizioni sportive si svolgono con presenza di pubblico al 100%
Per l'accesso agli spogliatoi e alle sale muscolazione è sempre richiesta la Certificazione Verde Covid-19 Rafforzata

PRESENTAZIONE ALLA CAMERA D'APPELLO

Gli atleti, muniti della tessera federale o di altro documento di identità, dovranno presentarsi in Camera d'Appello 20' prima dell'orario previsto per la propria corsa. Gli atleti accederanno al campo di gara esclusivamente attraverso la Camera d'Appello. Al termine della gara lasceranno il campo uscendo dal cancello situato all'arrivo.

Dirigenti e Tecnici non saranno ammessi in nessun caso nel campo di gara.

USCITA DAL SITO DI GARA

Al termine della propria gara gli atleti dovranno lasciare l'impianto entro 30' successivi al termine della stessa.

Partecipazione: possono partecipare tutti i tesserati Fidal sia della regione Lazio che delle altre regioni.

Ogni Atleta può partecipare ad un massimo di 2 gare + la staffetta.

Costo Iscrizioni per gara : Esordienti 2,00 € (*duathlon*) – Ragazzi & Cadetti 2,00 € - Allievi/Junior/Senior/Master 3,00 €

In ogni gara verranno **Premiati** i primi 5 Atleti della Categoria Ragazzi e Cadetti e i primi 3 della categoria Allievi/Junior

Categoria Esordienti **Premiati** tutti gli atleti partecipanti

Note Tecniche:

Sono previsti 3 salti e 3 lanci per la categoria ESO 10 e 2 salti e 2 lanci per le categorie ESO 8 e ESO 5

Categoria Ragazzi e Cadetti sono previsti 4 lanci e 4 salti;

Allievi/Assoluti/Master : 6 salti e 6 lanci.

Nel Peso gli atleti gareggeranno con il proprio attrezzo

Progressione Salto in alto Ce/Ci : 1,20 – 1,30 - 1,35 – 1,40 – 1,45 – 1,48 – 1,51 – 1,54 – 1,57 – 1,60 – 1,62 - 1,64 – 1,66 ecc.

Programma Orario

ORE 13.30 RITROVO GIURIE E CONCORRENTI

ORARIO	CORSE	SALTI	SALTI	LANCI
15.00	60 ESO 10 F.			
15.10	60 ESO 10 M.		LUNGO ESO 10 F.	VORTEX ESO 10 F.
15.20	60 ESO 8 F.			
15.30	60 ESO 8 M.			
15.40	60 ESO 5 F.			
15.50	60 ESO 5 M.		LUNGO ESO 10 M.	VORTEX ESO 10 M.
16.00	60 RE			
16.10	60 RI			
16.20	80 CE			
16.30	80 CI		LUNGO ESO 8/5 F.	VORTEX ESO 8/5 F.
16.40	100 All/Jun/Sen/Mast M/F	Alto Ci/Ce		
17.00	4x100 RE		LUNGO ESO 8/5 M	VORTEX ESO 8/5 M.
17.15	4x100 RI			
17.25	300 CE			
17.35	300 CI		Lungo A/J/S - M/F	VORTEX ESO 10 RE/RI
17.45	600 CE			
17.55	600 CI			
18.05	400 All/Jun/Sen/Mast M/F			Peso A/J/S - M/F
18.15	800 All/Jun/Sen/Mast M/F			
18.30	1500 All/Jun/Sen/Mas M/F			

Nota Bene: Il programma orario potrebbe subire variazioni in base al numero degli iscritti. Tali variazioni saranno comunicate sul campo dal delegato tecnico.