

**III° MANIFESTAZIONE REGIONALE INDOOR
PALESTRA "CERAMICA" - IGLESIAS - 5 febbraio 2017**

**CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI
Senior Master Maschile e Femminile**

E gare di contorno per la categoria ragazzi/e, cadetti/e, allievi/e, j/p/s m/f.

La Fidal, Comitato Regionale Sardo, organizza il 5 febbraio 2017, con la collaborazione tecnica della Polisportiva Jolao Iglesias, la manifestazione di Atletica Leggera Indoor riservata alle Categorie Ragazzi/e, Cadetti/e, Allievi/e, Juniores, Promesse, Senior e Master Uomini e Donne. La manifestazione si svolgerà a Iglesias, Palestra in località "Ceramica", con ritrovo alle ore 10,00 e alle ore 12.30 - gare: salto in alto (M/F), salto triplo (M) e salto con l'asta(M/F).

Le iscrizioni dovranno essere effettuate online attraverso il sito "Fidal.it - servizio online per Affiliazioni, Tesseramento, Iscrizioni" entro le ore 24,00 del giorno 2/02/2017.

Cronometraggio Elettrico completamente automatico; verranno utilizzate 5 CORSIE; saranno effettuate le finali/**, ove indicato, dei primi e dei secondi; nel salto in lungo verranno effettuate 3 prove di qualificazione e 3 prove di Finale.*

Gli atleti delle categorie Allievi/e e Juniores U all'atto delle iscrizioni possono optare per partecipare alla gara dei 60HS Assoluta (cm 106).

Le conferme dovranno essere effettuate presso la segreteria GGG dagli atleti almeno 1 ora prima dell'orario fissato per la gara. Per nessun motivo verranno accettate iscrizioni sul posto, potranno essere effettuate esclusivamente variazioni di gara degli atleti già iscritti.

** è prevista la finale unica allievi/e, esclusi/e i partecipanti alla finale assoluta.*

*** nelle gare a ostacoli, quando non sono presenti più di cinque atleti si va alla finale diretta nell'orario della batteria.*

PROGRAMMA TECNICO ED ORARIO		
UOMINI	ORE	DONNE
RITROVO GIURIE e CONCORRENTI ESORDIENTI	9,30	RITROVO GIURIE e CONCORRENTI ESORDIENTI
	10,00	Metri 50 Esordienti
Metri 50 Esordienti	10,20	
RITROVO delle GIURIE e dei CONCORRENTI	10,00	RITROVO delle GIURIE e dei CONCORRENTI
	10,40	Metri 60 Ragazze - Serie
Metri 60 Ragazzi - Serie	10,50	
Triplo Uomini (C/A/J/P/S Over 35) Battuta fino a mt 9	11,00	Triplo Donne (C/A/J/P/S Over 35) Battuta fino a mt 9 Metri 60HS (H 0,76) Cadette - Serie Metri 60HS (H 0,76) Allieve - Batterie e/o Finale Metri 60HS Over 35 - Serie
	11,10	Metri 60HS (H 0,84) J/P/S - Batterie e/o Finale
Metri 60 HS Cadetti (0,84) - Serie	11,20	
Metri 60HS (H 0,91) Allievi - Batterie e/o Finale	11,30	
Metri 60HS (H 100) Junior - Batterie e/o Finale	11,40	



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale **SARDEGNA**

<i>Metri 60HS Over 35 - Serie</i>		
<i>Metri 60HS (H 106)P/S Over35 - Batterie e/o Finale</i> <i>Triplo Uomini A/J/P/S Over 35 Battuta mt 11</i>	11,50	<i>Triplo Donne A/J/P/S Over 35 Battuta mt 11</i>
	12,00	<i>Metri 60 A/J/P/S - Batterie</i>
<i>Metri 60 A/J/P/S - Batterie</i>	12,20	
	12,40	<i>Metri 60 Cadette - Serie</i>
<i>Metri 60 Cadetti - Serie</i>	12,50	
	13,00	<i>Metri 60 Over 35 - Serie</i> <i>Lungo C/A/J/P/S/over35</i>
<i>Metri 60 Over 35 - Serie</i>	13,10	
	13,20	<i>Metri 60HS (H 0,76) Allieve - ev. Finale</i> <i>Metri 60HS (H 0,84) J/P/S - ev. Finale</i>
<i>Metri 60HS (H 0,91) Allievi - ev. Finale</i> <i>Metri 60HS (H 100) Junior - ev. Finale</i> <i>Metri 60HS (H 106)P/S - ev. Finale</i>	13,30	
	13,45	<i>Metri 60 Allieve - Finale</i>
<i>Metri 60 Allievi - Finale</i>	13,50	
	13,55	<i>Metri 60 A/J/P/S - Finale</i>
<i>Metri 60 A/J/P/S - Finale</i>	14,00	

UOMINI	ORE	DONNE
RITROVO dei CONCORRENTI	13,30	RITROVO dei CONCORRENTI
<i>Alto C/A/J/P/S Over 35</i>	14,30	<i>Alto C/A/J/P/S Over 35</i>
<i>Asta C/A/J/P/S Over 35</i>	14,30	<i>Asta C/A/J/P/S Over 35</i>
<i>Lungo C/A/J/P/S Over35</i>	14,30	

Il presente orario è indicativo e potrà subire variazioni per il buon andamento della manifestazione. L'orario definitivo, se necessario, verrà pubblicato nel sito fidalsardegna.it il giorno 4/02/2017.

Cagliari, 31 Gennaio 2017

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