FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Provinciale Nuoro

NON SOLO CROSS 2023

5^ EDIZIONE

Nuoro - Domenica 26 febbraio 2023

La Fidal, Comitato Provinciale di Nuoro indice e organizza la 5^ Edizione del Non Solo Cross 2023 su pista, riservata alle Categorie: ESO A, Ragazzi/e, Cadetti/e, con gare di contorno riservate alle categorie: ESO B e C, Allievi/e, Jun, Prom Senior e Master M e F.

La manifestazione si svolgerà a **Nuoro**, presso lo Campo CONI **"Tomaso Podda"**, **domenica 26 febbraio 2023** con ritrovo alle **ore 9:00**.

Le iscrizioni si effettueranno on-line attraverso il sito www.fidal.it - servizio on-line entro le ore 24:00 di **giovedì 23 febbraio 2023**.

Sul posto gara non potranno essere effettuate nuove iscrizioni.

Alla manifestazione possono partecipare gli atleti regolarmente tesserati per l'anno 2023 anche provenienti da fuori provincia.

Le norme sono tassative e non derogabili; gli atleti potranno partecipare ad un massimo di 2 (=due) gare.

Gli atleti, sino alla categoria Juniores, gareggeranno con gli attrezzi di categoria; per tutte le altre categorie, compresi i Master, si gareggerà con gli attrezzi assoluti.

Per la Categoria Esordienti B e C sarà prevista una sola gara di contorno.

In tutti i concorsi, per le sole categorie **ESO A** e per i **Ragazzi/e**, le prove a disposizione sono **3 (=tre)** mentre, per le categorie **Cadetti**, le prove a disposizione sono **4 (=quattro)**. Per tutte le altre categorie, le prove previste sono **3 + 3**.

La manifestazione è da intendersi a PORTE APERTE.

L'accesso alla pista sarà consentito esclusivamente agli atleti, impegnati nelle gare e ad un tecnico per società regolarmente tesserati FIDAL per l'anno in corso.

Il ritiro delle buste e/o la conferma delle iscrizioni è previsto in Campo con il pagamento della tassa federale. Le gare saranno aperte anche agli atleti "fuori Provincia" i quali pagheranno, per il ritiro della busta e/o la conferma della gara, la normale tassa federale.

I numeri gara verranno consegnati con il ritiro delle buste. Gli atleti dovranno munirsi delle spille.

I Tecnici delle società sono responsabili del comportamento dei propri tesserati durante tutta la permanenza all'interno dell'impianto.

Camera d'Appello

*In occasione della manifestazione sarà allestita la **Camera d'appello** con le seguenti modalità operative:*

- *Gare di Corsa == entro 20' prima dell'orario previsto*
- *Lanci e Salti === entro 30' prima dell'orario previsto.*

Programma manifestazione:

Prima giornata **26 febbraio 2023**		**Nuoro**
Categoria		
Cadetti/e	Peso / Giavellotto	**4 lanci**
Ragazzi/e	Peso / Vortex	**3 lanci**
Esordiente A m/f	Vortex	**3 lanci**

ALL / JUN / PROM / SEN / SEN over 35 M e F	Peso
ALL / JUN / PROM / SEN / SEN over 35 M e F	Martello
ESO B e C	Salto in Lungo

PROGRAMMA ORARIO

MASCHILE	ORARIO	FEMMINILE
Ritrovo Giurie e Concorrenti	**09.00**	Ritrovo Giurie e Concorrenti
Martello – A/J/P/S m	**09.30**	Martello – A/J/P/S f
Peso – Ragazzi	**10.00**	Peso - Ragazze
Giavellotto - Cadetti	**10.30**	Giavellotto – Cadette
Lungo – ESO C m	**10.40**	Lungo – ESO C f
Lungo – ESO B m	**11.00**	Lungo – ESO B f
Peso – Cadetti Vortex - Ragazzi	**11.30**	Vortex – Ragazze Peso – Cadette
Vortex – Eso A m Peso – A/J/P/S m	**12.00**	Vortex – Eso A f Peso – A/J/P/S f

Il presente orario è indicativo e potrà subire modifiche e/o variazioni per il buon esito della manifestazione.

Nuoro, 15 gennaio 2023