



FEDERAZIONE ITALIANA  
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale **MARCHE**

**CAMPIONATO DI SOCIETA' MASTER – FASE REGIONALE  
MARCHE – UMBRIA – ABRUZZO  
MACERATA 04-05 MAGGIO 2024**

**ORGANIZZAZIONE: SEF MACERATA**

**PROGRAMMA TECNICO 1^ GIORNATA**

UOMINI 100,400,1500,ALTO,TRIPLO,DISCO,GIAVELLOTTO,MARCIA KM.3,STAFFETTA 4X100

DONNE 100,400,1500,LUNGO,PESO,MARTELLLO,MARCIA KM. 3, STAFFETTA 4X100

INSERIMENTO DI GARE DEI CDS FISPES E DEI REGIONALI FISDIR

ORARIO PROVVISORIO IN ATTESA CHIUSURA ISCRIZIONI

**Orario gare 1^ giornata – sabato 04 maggio**

| MASCHE   |                           |                                | 🕒     | FEMMINILE                      |                                |  |
|--|---------------------------|--------------------------------|-------|--------------------------------|--------------------------------|--|
| Ritrovo Giurie e Concorrenti                     |                           |                                | 14.30 | Ritrovo Giurie e Concorrenti   |                                |  |
|  |                           |                                | 14.45 |                                |                                | martello                                 |
|  | triplo<br>+ triplo fisdir |                                | 15.00 | 100m                           |                                |  |
|  |                           | 100m                           | 15.10 |                                |                                |  |
|  |                           |                                | 15.25 | 100m fispes/fisdir             |                                |  |
|  |                           | 100m fispes/fisdir             | 15.30 |                                |                                | peso<br>+ peso standing<br>fispes/fisdir |
|  |                           |                                | 15.45 | 400m                           |                                |  |
|  |                           | 400m                           | 15.55 |                                |                                |  |
| disco<br>+ disco standing<br>fispes/fisdir       | lungo<br>fispes/fisdir    | 800m fispes/fisdir             | 16.10 |                                | lungo + lungo<br>fispes/fisdir |  |
|  |                           |                                | 16.20 | 800m fispes/fisdir             |                                |  |
|  |                           |                                | 16.30 | Marcia 3km                     |                                |  |
|  | Alto                      | Marcia 3km                     | 17.00 |                                |                                |  |
| Giavellotto +<br>giave standing<br>fispes/fisdir |                           |                                | 17.10 |                                |                                |  |
|  |                           |                                | 17.30 | 1500m + 1500m<br>fispes/fisdir |                                | .  |
| Giavellotto fispes<br>sitting                    |                           | 1500m + 1500m<br>fispes/fisdir | 17.50 |                                |                                | Giavellotto fispes<br>sitting            |
| Disco fispes<br>sitting                          |                           |                                | 18.20 | 4x100                          |                                | Disco fispes<br>sitting                  |
|  |                           | 4x100                          | 18.30 |                                |                                |  |
|  |                           | 5000 fispes/fisdir             | 18.40 | 5000 fispes/fisdir             |                                |  |

 **Federazione Italiana di Atletica Leggera**

**Comitato Regionale Marche** [www.fidalmarche.com](http://www.fidalmarche.com) P.IVA 01384571004 Cod.Fisc.05289680588

[www.fidal.it](http://www.fidal.it)

Via della Montagnola, 72 c/o PalaCasali 60128 ANCONA tel. 0712800013 fax. 0712814451



FEDERAZIONE ITALIANA  
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale **MARCHE**

## PROGRAMMA TECNICO 2^ GIORNATA

UOMINI 200,800,5000,200 HS, LUNGO, PESO, MARTELLO, STAFFETTA 4X400  
DONNE 200,800,3000,200 HS,ALTO,TRIPLO,DISCO,GIAVELLOTTO,STAFFETTA 4X400  
INSERIMENTO DI GARE DEI CDS FISPES E DEI REGIONALI FIDIR  
ORARIO PROVVISORIO IN ATTESA CHIUSURA ISCRIZIONI

**Orario gare 2^ giornata – domenica 05 maggio**

| MASCILE                                 |                          |  | 🕒     | FEMMINILE                    |                          |   |
|---|--------------------------|--|-------|------------------------------|--------------------------|---|
| Ritrovo Giurie e Concorrenti            |                          |  | 15.00 | Ritrovo Giurie e Concorrenti |                          |   |
| martello                                |                          |  | 15.30 |                              |                          |   |
| Palla getto fisdir                      |                          |  | 15.30 |                              |                          | Palla getto fisdir                              |
|   |                          |  | 15.45 | 200 hs                       | Alto                     |   |
|   | 200 hs                   |  | 15.50 |                              |                          |   |
|   | Lungo                    |  | 16.00 | 200m                         |                          |   |
|   | 200m                     |  | 16.15 |                              |                          | Disco<br>+ disco standing<br>fispes/fidir       |
|   | Lungo da fermo<br>fisdir |  | 16.30 | 800m                         | Lungo da fermo<br>fisdir |   |
|   | 800m                     |  | 16.45 |                              |                          |   |
|   |                          |  | 17.00 | 3000m                        |                          |   |
| Peso<br>+ peso standing<br>fispes/fidir | 5000m                    |  | 17.20 |                              | Triplo                   | Giavellotto<br>+ giave standing<br>fispes/fidir |
| Disco morbido<br>fisdir                 |                          |  | 17.30 |                              |                          | Disco morbido<br>fisdir                         |
| Vortex fisdir                           |                          |  | 18.00 | 4x400                        |                          | Vortex fisdir                                   |
|   | 4x400                    |  | 18.15 |                              |                          |   |
|   |                          |  |       |                              |                          |   |

### Iscrizioni online entro le ore 12:00 di giovedì 02 maggio 2024

Costo iscrizioni : 4 euro ad atleta gara , 5 euro ogni staffetta -

**PER INFO: Alessandro Tifi 338.2384835**

Pagamento : per le società marchigiane importo scalato da online. Controllare che il saldo sia congruo.

Per le società extra-marchigiane bonifico IBAN IT36Q0331768870000020107048 intestato a Fidalmarche entro le ore 12 di giovedì inviando distinta a [sigma@fidalmarche.com](mailto:sigma@fidalmarche.com) indicando nella causale codice società e data della gara per la quale si effettua il pagamento.

Ogni atleta nel complesso delle due giornate può essere iscritto a partecipare, e quindi portare il relativo punteggio, ad un massimo di 2 gare individuali più 1 staffetta, oppure ad 1 gara individuale più 2 staffette.

Ogni atleta nella stessa giornata può partecipare ad un massimo di 2 gare staffetta compresa.

Gli atleti che partecipano ad una gara di corsa superiore ai m. 1000 possono prendere parte nella stessa giornata anche ad altre gare (compresa la staffetta) , con esclusione delle gare superiori ai m. 400.

Per quanto non contemplato nel presente regolamento si rimanda alle norme regolamento Fidal 2024.

**PER LE GARE FISPES e FIDIR si rimanda ai relativi dispositivi tecnici pubblicati dalle stesse**

 Federazione Italiana di Atletica Leggera

Comitato Regionale Marche [www.fidalmarche.com](http://www.fidalmarche.com) P.IVA 01384571004 Cod.Fisc.05289680588  
Via della Montagnola, 72 c/o PalaCasali 60128 ANCONA tel. 0712800013 fax. 0712814451

[www.fidal.it](http://www.fidal.it)