

Campionati Regionali Individuali e di Società Master
STAFFETTE – 10.000 METRI – PENTATHLON LANCI
 e gare di contorno
 Ariano Irpino 8 – 9 settembre 2018

Programma tecnico 1[^] Giornata

Master M/F:

4x400 – 10.000

Gare Assoluti di Contorno (riservate ad allievi – junior – promesse e senior under 35):

150 – 300hs – triplo – alto – martello - peso

Gare di contorno Cadetti/e: 300hs – triplo – martello - peso

Programma orario – Sabato 8 settembre 2018

15.00	Ritrovo		
16.00	Termine conferme iscrizioni		
16.15	300hs C/e	Triplo F + C/i e C/e Alto M	Martello M e F tutte le categorie
16.20	300hs C/i		
16.30	300hs F		
16.45	300hs A/i		
16.50	300hs M		
17.00	4x400 F		
17.10	4x400 M		
17.30	150 F	Triplo M Alto F	Peso M e F tutte le categorie
17.40	150 M		
18.00	10.000 F + 1 [^] serie M		
19.00	10.000 M (2 [^] serie migliori accreditati)		

Cronometraggio manuale

Programma tecnico 2^ Giornata

Master M/F:

4x100 – Staffetta Svedese 100-200-300-400

pentathlon lanci: (martello-peso-disco-giavellotto-martello con maniglia corta)

Gare Assoluti di Contorno (riservate ad allievi – junior – promesse e senior under 35):

300 - 800 – 3000 - lungo

Gare di contorno Cadetti/e: 300 – 2000 - lungo

Programma Orario – Domenica 9 settembre 2018

8.30	Ritrovo		
9.15	Termine conferme iscrizioni		
9.30	4x100 F	Lungo C/e e C/i	Martello M e F (a seguire le altre gare del Pentathlon lanci)
9.45	4x100 M		
10.15	2000 C/i e C/e		
10.30	3000 M e F		
10.50	800 F		
11.00	800 M	Lungo M e F	
11.15	300 C/e		
11.20	300 C/i		
11.30	300 F		
11.35	300 M		
11.45	Svedese F		
11.55	Svedese M		

CRONOMETRAGGIO MANUALE

Iscrizioni on line entro mercoledì 5 settembre

N.B.: l'orario potrà essere modificato in base al numero degli atleti iscritti.

Gli atleti delle categorie allievi/e e junior lanciano con gli attrezzi della propria categoria.

Per le iscrizioni sul posto sarà applicata la tassa di euro 5 ad atleta/gara (3 euro per i cadetti).

Alle iscrizioni degli atleti fuori regione sarà applicata la tassa di euro 5 ad atleta/gara (3 euro per i cadetti).

Regolamenti

Campionato regionale di Pentathlon lanci Master

Il C.R.C. FIDAL indice il Campionato regionale di Pentathlon dei Lanci Master Maschile e Femminile, PROGRAMMA TECNICO:

DONNE: pentathlon lanci: (martello-peso-disco-giavellotto-martello con maniglia corta)

UOMINI: pentathlon lanci: (martello-peso-disco-giavellotto-martello con maniglia corta)

L'ordine in cui devono essere disputate le singole gare di lancio è obbligatorio.

NORME DI PARTECIPAZIONE

Possono partecipare gli atleti italiani, "italiani equiparati" e stranieri (per il solo C.d.S.) dai 35 anni in poi. Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti/e.

TABELLE DI PUNTEGGIO: I punteggi sono attribuiti utilizzando le tabelle IAAF parametrate con i coefficienti WMA.

Ai fini della classifica Maschile e femminile ogni Società può sommare complessivamente tra tutte le fasce d'età un massimo di 3 (tre) punteggi seguono le società con 2 (due) punteggi. Non saranno classificate le società con un solo punteggio.

CAMPIONATO REGIONALE MASTER STAFFETTE E 10.000

1) Il C.R.C. FIDAL indice il Campionato regionale di Staffette e m 10.000 Master Maschili e Femminili valevoli per l'assegnazione del titolo regionale per ciascuna delle fasce d'età previste dalle norme sul tesseramento.

2. PROGRAMMA TECNICO

2)UOMINI - Staffetta 4x100 - Staffetta 4x400 - Staffetta 100+200+300+400 - m 10.000.
DONNE - Staffetta 4x100 - Staffetta 4x400 - Staffetta 100+200+300+400 - m 10.000.

NORME TECNICHE E DI PARTECIPAZIONE

3.1 Possono partecipare gli atleti italiani e "italiani equiparati" dai 35 anni in poi.

3.2 Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti e di staffette.

3.3 Ogni atleta può partecipare a tre staffette, mentre i partecipanti al Pentathlon Lanci possono prendere parte solo ad una staffetta.

3.4 Ciascuna staffetta può essere composta da atleti appartenenti a diverse fasce d'età.

La composizione della staffetta e l'ordine nel quale gareggiano i componenti devono essere comunicati almeno 1 ora prima dell'orario della gara.

3.4.1 La staffetta è collocata nella fascia d'età risultante dalla media dell'età dei componenti la staffetta stessa, secondo quanto indicato nel punto 1.2 delle "Norme Attività Master".

3.5 I punteggi sono attribuiti utilizzando le tabelle IAAF parametrate con i coefficienti WMA.

4. Ai fini della classifica Maschile e femminile ogni Società può sommare complessivamente tra tutte le fasce d'età un massimo di 3 (tre) staffette diverse, seguono le società con 2 (due) punteggi. Non saranno classificate le società con un solo punteggio.

1) Il C.R.C. FIDAL indice il Campionato regionale m. 10.000 Master Maschili e Femminili, valevoli per l'assegnazione del titolo regionale per ciascuna delle fasce d'età previste dalle norme sul tesseramento e per l'assegnazione del titolo di Campione regionale di Società di 10.000 Master.

3. NORME DI PARTECIPAZIONE

3.1 Possono partecipare gli atleti italiani, "italiani equiparati" e stranieri (per il solo CdS) dai 35 anni in poi.

3.2 Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti.

4. NORME DI CLASSIFICA VALIDE PER LA CLASSIFICA DI SOCIETA':

I punteggi dei m. 10.000 sono attribuiti utilizzando le tabelle IAAF parametrate con i coefficienti WMA.

Ai fini della classifica Maschile e femminile ogni Società può sommare complessivamente tra tutte le fasce i migliori tre punteggi, seguono le società con due punteggi. Non saranno classificate le società con un solo punteggio.