



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA  
Comitato Regionale Sardo

**4° MANIFESTAZIONE REGIONALE INDOOR**  
**CAMPIONATI REGIONALI INDOOR SENIOR OVER 35 UOMINI E DONNE**  
**PALESTRA “CERAMICA” - IGLESIAS – 15 febbraio 2015**

La Fidal, Comitato Regionale Sardo, organizza il 15 febbraio 2015, con la collaborazione tecnica della Polisportiva Jolao Iglesias, la manifestazione di Atletica Leggera Indoor riservata alle Categorie Ragazzi, Cadetti, Allievi, Juniores, Promesse, Senior e Over 35 Uomini e Donne.

La manifestazione si svolgerà a Iglesias, Palestra in località “Ceramica”, con ritrovo alle ore 10,00 e alle ore 12.30 (gara salto in alto e salto con l’asta).

Le iscrizioni dovranno essere effettuate online attraverso il sito “Fidal.it – servizio online per Affiliazioni, Tesseramento, Iscrizioni” entro le ore 24,00 del giorno 12/02/2015.

Cronometraggio Elettrico completamente automatico; verranno utilizzate **5 CORSIE**; verranno 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, ad eccezione dei cadette/i che effettueranno 4 prove; nel salto triplo i Senior Over 35 Uomini e Donne effettueranno 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 (cm106).

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.

<b>PROGRAMMA TECNICO ED ORARIO</b>		
<b>UOMINI</b>	<b>ORE</b>	<b>DONNE</b>
<b>RITROVO delle GIURIE e dei CONCORRENTI</b>	<b>10,00</b>	<b>RITROVO delle GIURIE e dei CONCORRENTI</b>
	10,40	Metri 60 Ragazze - <b>Serie</b>
Metri 60 Ragazzi - <b>Serie</b>	10,50	
	11,00	<b>Lungo Donne (C/A/J/P/S/SF Over 35)</b> Metri 60HS (H 0,76) Cadette - <b>Serie</b>
	11,05	Metri 60HS Allieve – <b>Serie</b>
	11,10	Metri 60HS (H 0,84) J/P/S – <b>Serie</b>
		Metri 60HS SF Over 35 - <b>Serie</b>
Metri 60 HS Cadetti ( 0,84) - <b>Serie</b>	11,20	
Metri 60HS (H 0,91) Allievi - <b>Serie</b>	11,30	
Metri 60HS (H 100) SM Over 35 - <b>Serie</b>	11,40	
Metri 60HS (H 106)P/S - <b>Serie</b>	11,50	
<b>Lungo C/A/J/P/S/SM Over 35</b>	12,00	Metri 60 A/J/P/S - <b>Batterie</b>
Metri 60 A/J/P/S - <b>Batterie</b>	12,10	
	12,30	Metri 60 Cadette - <b>Serie</b>
Metri 60 Cadetti - <b>Serie</b>	12,40	
	12,50	Metri 60 Over 35 - <b>Serie</b>
Metri 60 SM Over 35 - <b>Serie</b>	13,00	Triplo SF Over 35
	13,15	Metri 60 A/J/P/S - <b>Finale</b>
Metri 60 A/J/P/S - <b>Finale</b>	13,25	
Triplo SM Over 35	13,30	
<b>Alto C/A/J/P/S/SM Over 35</b>	14,00	<b>Alto C/A/J/P/S/SF Over 35</b>
<b>Asta C/A/J/P/S/SM Over 35</b>	14,15	<b>Asta C/A/J/P/S/SF Over 35</b>

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](http://fidalsardegna.it) il giorno 13/02/2015.  
Cagliari, 30 Gennaio 2015