



# L'Atletica Capanne Pro-LoCo Athletic Team organizza il 2° CRITERIUM NAZIONALE CSEN "OPEN" di ATLETICA LEGGERA INDOOR

## DOMENICA 15 DICEMBRE 2024 ANCONA - PALACASALI

### PROGRAMMA GARE:

A.J.P.S. M/F 60 - 600 - lungo F - triplo M - asta - marcia  
 CADETTI/E 60 - 200 - 600 - alto - lungo F - triplo M - marcia  
 RAGAZZI/E 60 - 200 - lungo - 4x200  
 ESO 10 M/F 50 - 200 - alto  
 ESO 8 M/F 50 - 200 - lungo  
 ESO 5 M/F 50 - 200



### PROGRAMMA ORARIO: (Cronometraggio elettrico)

09:00 RITROVO GIURIE E CONCORRENTI ( ESO 5 - ESO 8 - ESO 10)						
	ESO 5	ESO 8	ESO 10	RAG	CAD	ASS
09:30		LUNGO(M/F) 2PED	50 M			
09:50			50 F			
10:10	50 M					
10:30	50 F		ALTO M/F			
10:50		50 M				
11:10		50 F				
11:30	200 M					
11:50	200 F					
12:10			200 M			
12:30			200 F			
12:50		200 M				
13:10		200 F				
14:30 RITROVO GIURIE E CONCORRENTI ( RAGAZZI/E - CADETTI/E - ASSOLUTI/E)						
15:00				LUNGO M/F 2 PED	60 M	ASTA
15:20					60 F	
15:40						60 M
16:00						60 F
16:20			60 M	TRIPLO M	TRIPLO M	
16:50			60 F			
17:10					ALTO M/F	
17:20					200 M	
17:40					200 F	
18:00			200 M	LUNGO F	LUNGO F	
18:20			200 F			
18:40						600 M
18:50						600 F
19:00					600 M	
19:10					600 F	
19:20			4x200 M			
19:30			4x200 F			
19:40				MARCIA 3KM	MARCIA 3KM	

### REGOLAMENTO

Per il Criterium Nazionale CSEN "OPEN" indoor, inserito nel Calendario della FIDAL, sono ammessi a partecipare tutti i tesserati FIDAL e CSEN. Ogni atleta può partecipare a due gare più staffetta. **Tassa Atleta/Gara: Es. €2 - Rag. €3 - Cad. €4 - Ass. €7 - Staff. €6 - Non verranno accettate ulteriori iscrizioni.**

**TESSERATI FIDAL:** Iscrizione on-line sul sito FIDAL entro Giovedì 12 Dicembre ore 20.00  
 Iban: IT87G0200803029000401115247  
 Intestato a: Athletic Team Perugia  
**TESSERATI SOLO CSEN:** inviare e-mail a [ariannamencaroni86@yahoo.it](mailto:ariannamencaroni86@yahoo.it)

Riferimenti:

**Sauro Mencaroni** - Referente Nazionale Organizzativo Csen - tel.347.4416086  
**Salvatore Nicosia** - Referente Nazionale Settore Atletica Leggera - tel.338.9134354  
**Achille De Spirito** - Supervisore Nazionale CSEN - tel.333.3602574

### PREMI

Saranno premiati i **primi 6** delle categorie Esordienti e Ragazzi e i **primi 3** delle categorie Cadetti, Allievi e J-P-S (che gareggiano assieme). **Coppa alla società con il maggior numero di partecipanti e Trofeo di qualità** assegnando in tutte le gare 8 punti al primo, 7 al secondo, etc... fino all'ottavo class. che prenderà 1 punto.  
**Coppa miglior prestazione M/F cat. CADETTI**



## 2° CRITERIUM NAZIONALE CSEN "OPEN" di ATLETICA LEGGERA INDOOR

DOMENICA 15 DICEMBRE  
PalaCasali Ancona

### ORARIO DEFINITIVO DOPO CHIUSURA ISCRIZIONI

UOMINI		DONNE	
INIZIO	CONSEGNA BUSTE	7.45	INIZIO CONSEGNA BUSTE
Lungo M8 (2 ped.)	50 M10	9.00	
		9.30	50 F10
		10.00	Lungo F8 (2 ped.)
	50M5	10.10	
		10.35	50 F5
	50M8	10.45	
		11.05	50 F8
Alto M10 (Ped. A)	200 M5	11.30	Lungo RF (Gr. 1-2) Alto F10 (Ped. B)
		11.50	200 F5
	200 M8	12.00	
		12.15	200 F8
	200 M10	12.30	Lungo RF (Gr. 3-4)
		12.50	200 F10
Lungo RM (Gr. 1-2)	60 CM	13.30	
Asta		14.00	60 CF
	60 SM (Batterie)	14.35	Asta
Lungo RM (Gr. 3) Triplo SM		14.45	
		15.00	60 SF (Batterie)
		15.20	60 RF
Triplo CM		16.00	Lungo CF
	60 RM	16.20	
	60 SM Finale	17.00	
		17.05	60 SF Finale
	200 CM	17.15	
Alto CM (Ped. A)		17.30	Alto CF (Ped. B) Lungo SF (2 Ped.)
		17.45	200 CF
	200 RM	18.15	
		18.50	200 RF
	600 SM	19.35	
		19.55	600 SF
	600 CM	20.05	

Federazione Italiana di Atletica Leggera

Comitato Regionale Marche [marche.fidal.it](http://marche.fidal.it) P.IVA 01384571004 Cod.Fisc.05289680588  
Via della Montagnola, 72 c/o PalaCasali 60128 ANCONA tel. 0712800013



		20.20	600 CF	
	4X200 RM	20.30		
		20.45	4X200 RF	
	Marcia 3km RM+CM+SM	21.10	Marcia 3km RF+CF+SF	

Non verranno TASSATIVAMENTE accettate nuove iscrizioni nè variazioni di gara ma solo cancellazioni.

Lungo ESORDIENTI gruppi divisi in ordine di società, due tentativi a testa.

Alto Esordienti due tentativi a testa.

Lungo RAGAZZI/E - CADETTE gruppi divisi per accredito (pubblicati online)

- PROGRESSIONE ESO 10 M – F: 0.85 – 0.95 – 1.00 – 1.05 – 1.10 – 1.15 – 1.18 – 1.21 – 1.24 – 1.27 – 1.30 – 1.32 – 1.34 + 2 CM.
- PROG. ALTO F: 1.20 – 1.25 – 1.30 – 1.35 – 1.40 – 1.43 – 1.46 – 1.48 – 1.50 – 1.52 – 1.54 + 2 CM
- PROG. ALTO M: 1.20 – 1.25 – 1.30 – 1.35 – 1.40 – 1.45 – 1.50 – 1.55 – 1.58 – 1.61 – 1.64 – 1.67 – 1.70 – 1.72 + 2 CM
- PROG. ASTA F: 2.00 – 2.10 – 2.20 – 2.30 – 2.40 – 2.50 – 2.60 – 2.70 – 2.80 – 2.85 – 2.90 – 2.95 – 3.00 – 3.05 – 3.10 – 3.15 – 3.20 – 3.25 – 3.30 – 3.35 – 3.40 – 3.45 – 3.55 + 5 CM
- PROG. ASTA M: 2.00 – 2.40 – 2.60 – 2.80 – 3.00 – 3.15 – 3.30 – 3.45 – 3.60 – 3.70 – 3.80 – 3.90 – 4.00 – 4.10 – 4.20 – 4.30 – 4.40 – 4.50 – 4.60 – 4.70 – 4.80 – 4.90 – 4.95 – 5.00 – 5.05 + 5 CM