



**atletica  
umbra**



# Il Trofeo Alborno

Manifestazione Under 18 Open  
LANCI LUNGHI e GETTO DEL PESO



**22 MARZO 2026**

**NARNI - Impianto Sportivo di Atletica Leggera F. Bertolini**

**MANIFESTAZIONE INSERITA NEL GLOBAL CALENDAR**

**ORGANIZZAZIONE:** ASD Pesistica Yepa Terni - email: [pesisticayepa.terni@libero.it](mailto:pesisticayepa.terni@libero.it)

**REGOLAMENTO:** Possono partecipare tutti gli atleti/e in regola con il tesseramento Fidal 2026. Per le norme di classifica tutti gli atleti/e avranno a disposizione 3 lanci. Accederanno alla finale e quindi agli altri 3 lanci, i migliori 8 classificati per ciascuna categoria.

1° Tappa - Narni 22 Marzo 2026

2° Tappa - (sede e data da definire)

**ISCRIZIONI:** esclusivamente online entro e non oltre giovedì 19 marzo alle ore 24:00.

La quota di partecipazione è di 6 euro / gara, che dovrà essere saldata tramite bonifico, entro giovedì 19 marzo, inviando distinta a [pesisticayepa.terni@libero.it](mailto:pesisticayepa.terni@libero.it)

Intestatario: ASD Pesistica Yepa Terni

IBAN: IT58H0306909606100000194383

Causale "cod. società + nome atleta"

Non verranno accettati pagamenti e iscrizioni sul campo.

**TIC / CONSEGNA ATTREZZI:** la conferma iscrizioni e la consegna attrezzi dovrà essere effettuata 60' minuti prima dell'inizio della propria gara. Verranno messi a disposizione gli attrezzi del campo.

**PREMIZIONI:** verranno premiati i primi tre classificati di ciascuna gara (ad esclusione delle gare extra del programma tecnico).

**PROGRAMMA TECNICO:****\*\*LANCI LUNGI E GETTO DEL PESO\*\***

Ragazzi - Martello (kg. 2) Disco (kg. 0,750) Vortex - Peso (kg. 2)

Ragazze - Martello (kg. 2) Disco (kg. 0,750) Vortex - Peso (kg. 2)

Cadetti - Martello (kg. 4) Disco (kg. 1,5) Giavellotto (kg. 0,600) Peso (kg. 4)

Cadette - Martello (kg. 3) Disco (kg. 1) Giavellotto (kg. 0,400) Peso (kg. 3)

Allievi - Martello (kg. 5) Disco (kg. 1,5) Giavellotto (kg. 0,700) Peso (kg. 5)

Allieve - Martello (kg. 3) Disco (kg. 1) Giavellotto (kg. 0,500) Peso (kg. 3)

**\*\*GARA EXTRA DISCO / MARTELLO\*\***

Junior M - Disco (kg. 1,750) Martello (kg. 6)

Junior F - Disco (kg.1)

Master F Martello +35 (Kg. 4) / +60 (kg. 3)

Master M Martello +50 (Kg. 6) / +60 (kg. 5)

**\*\*GARA EXTRA MARTELLO MANIGLIA CORTA\*\***

Cadette (Kg. 4)

Cadetti / Allieve (Kg. 7,26)

Junior Promesse Senior F / Allievi (Kg. 9,08)

Junior M (Kg. 11,34)

Promesse Senior M (Kg. 15,88)

Master F+35 (Kg.9,08) F+50 (Kg.7,26) F+60 (Kg.5,45)

Master M+35 (Kg.15,88) M+50 (Kg.11,34) M+60 (Kg.9,08) M+70 (Kg.7,26) M+80 (Kg.5,45)

**PROGRAMMA ORARIO :****Ritrovo giurie e concorrenti ore 8:00**

9:15	Vortex / Giavellotto	R / C M + F
9:15	Peso	All. M + F
9:45	Giavellotto	All. M + F
9:45	Peso	R / C M + F
10:30	Martello	R / C / All. / Master F
11:30	Martello	R / C / All. / J / Master M
12:15	Martello Maniglia Corta	Tutte le categorie M+F
13:00	Disco	R / C / All. / J F
13:45	Disco	R / C / All. / J M