

ATTREZZI

Devono essere consegnati in call room entro *60 minuti* prima dell'inizio della relativa gara, se approvati saranno presenti in campo e dovranno essere a disposizione di tutti gli atleti della specifica gara fino al suo termine. Gli atleti potranno ritirare i propri attrezzi a fine gara.

CALL ROOM

- Gli atleti devono presentarsi in Camera d'Appello secondo gli orari indicati in seguito.
- In Call Room per le gare di mezzofondo, marcia e staffette verrà consegnato un pettorale da applicare sul petto.
- Gli atleti devono gareggiare indossando la maglia sociale.

NORME TECNICHE

1. **Corse:** le corse saranno disputate in serie

2. **concorsi:** i Ragazzi avranno a disposizione 3 prove; nel peso JM/JF, gli atleti avranno a disposizione 3+3 lanci

Per quanto non contemplato dal presente dispositivo, si rimanda al R.T.I., alle Norme Attività 2025 ed ai singoli regolamenti emanati dalla FIDAL.

PROGRESSIONI SALTI IN ELEVAZIONE

SALTO IN ALTO M/F									
0.90	1.00	1.10	1.15	1.18	1.21	1.23	1.25	1.28	+3

PROGRAMMA ORARIO DEFINITIVO (30/05)

La composizione e orario delle singole serie saranno pubblicati online 1h prima della gara

SABATO 31 MAGGIO – RITROVO ORE 13:30					
M	F	Cat.		Call Room	Inizio gara
50	50	ESO			14:00
150	150	ESO			A seguire

SABATO 31 MAGGIO – APERTURA SEGRETERIA ORE 14:00					
M	F	Cat.	Tr.	Call Room	Inizio gara
Lungo		R	C	15:05	15:30
	Lungo	R	C	15:05	15:30
	4X100	AF		15:20	15:30
	4X100	J/P/S		15:20	15:30
Peso	Peso	J		15:10	15:30
4X100		J/P/S		15:25	15:35
60		R	A	15:35	15:45
	60	R	A	15:40	15:50
	60hs	R	B	15:50	16:00
60hs		R	B	16:00	16:10
Vortex		R	C	15:55	16:15
	Vortex	R	C	15:55	16:15
80		C		16:20	16:30
Alto		R	A	16:10	16:30
	Alto	R	A	16:10	16:30
	80hs	C		16:30	16:40
	Lungo	R	B	16:25	16:45
4x400		A		16:45	16:55
4x400		J/P/S		16:45	16:55
Lungo		R	B	16:35	16:55
	4X400	J/P/S		16:55	17:05
Marcia km 2	Marcia km 2	R	C	17:15	17:30
	600	R	B	17:45	17:55
600		R	B	17:50	18:00
300		C		17:55	18:05
	300	C		18:00	18:10
600		R	A	18:20	18:30
	600	R	A	18:25	18:35

Le staffette dovranno essere confermate tramite apposito modulo di Conferma e Variazione disponibile online.

Il modulo deve essere consegnato in segreteria entro e non oltre 1 ora prima della gara compilato e firmato.

Delegato Tecnico: Alessia Castaldo – email castaldoalessia02@gmail.com