

**CONFERMA STAFFETTE** – La conferma delle staffette dovrà avvenire, consegnando l'apposito modulo (scaricabile dalla pagina delle iscrizioni della manifestazione), presso la Segreteria Tecnica entro 60 minuti dall'inizio della singola gara. La mancata consegna del modulo porterà all'automatica esclusione della staffetta. **Non verranno fatte stampe di moduli staffetta dimenticati.**

**RITIRO PETTORALI** – I pettorali per la staffetta 3x800 e 3x1000 (uno per atleta) saranno consegnati in Call Room. Gli atleti dovranno presentarsi già muniti di spilli, in quanto non forniti dal GGG.

## NORME TECNICHE

- Le gare di corsa verranno disputate in serie. Gli atleti con i migliori accrediti partiranno nelle prime serie.
- Nei salti in elevazione ogni atleta avrà a disposizione 3 prove.
- Ogni atleta avrà a disposizione 2 salti/lanci di prova durante il riscaldamento.
- Nei salti in estensione e nei lanci i Cadetti/e avranno a disposizione 4 prove, i Ragazzi/e avranno a disposizione 3 prove.
- Nelle gare assolute accederanno in finale i primi 6 atleti classificati dopo le prime 3 prove.

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

<b>SALTO IN ALTO RAGAZZE</b>											
105	111	117	122	126	130	134	138	141	144	147	+2
<b>SALTO IN ALTO F</b>											
135	140	145	149	153	156	159	161	163			+2
<b>SALTO CON L'ASTA CADETTI</b>											
280	300	315	325	335	340	345	350	355			+5
<b>SALTO CON L'ASTA CADETTE</b>											
185	205	225	235	245	255	260	265	270			+5
<b>SALTO CON L'ASTA ALLIEVI</b>											
275	295	315	330	345	360	370	380	385	390	395	+5
<b>SALTO CON L'ASTA ALLIEVE</b>											
185	205	225	235	245	255	260	265	270			+5

## BATTUTE SALTO TRIPLO

<b>TRIPLO M</b>	7 – 9	<b>TRIPLO F</b>	7 – 9
-----------------	-------	-----------------	-------

## PROGRAMMA ORARIO DEFINITIVO ESORDIENTI (12/09)

**Gli esordienti saranno gestiti e accompagnati, nelle pedane, da personale del CP Udine e della società organizzatrice**

<b>DOMENICA 14 SETTEMBRE 2025 – RITROVO GIURIE E CONCORRENTI ORE 14:00</b>				
<b>M</b>	<b>F</b>	<b>Cat.</b>	<b>Call Room</b>	<b>Inizio gara</b>
200m		<b>EM10</b>		<b>14:45</b>
	200m	<b>EF10</b>		<b>a seguire</b>
Lungo		<b>EM10</b>		<b>a seguire</b>
	Vortex	<b>EF10</b>		<b>a seguire</b>

**PROGRAMMA ORARIO DEFINITIVO (12/09)**

**La composizione e gli orari delle singole serie/gruppi saranno pubblicati online 60 minuti prima della gara**

DOMENICA 14 SETTEMBRE 2025 – APERTURA SEGRETERIA ORE 14:30				
<b>M</b>	<b>F</b>	<b>Cat.</b>	<b>Call Room</b>	<b>Inizio gara</b>
Asta	Asta	<b>C/A</b>	<b>15:10</b>	<b>16:00</b>
	Disco 1kg	<b>C/A</b>	<b>15:30</b>	<b>16:00</b>
	Triplo	<b>C</b>	<b>15:30</b>	<b>16:00</b>
200m serie 1, 2, 3, 4		<b>R</b>	<b>16:10</b>	<b>16:30</b>
	Alto	<b>A/J/P/S/M</b>	<b>16:00</b>	<b>16:40</b>
200m serie 5, 6, 7		<b>R</b>	<b>16:22</b>	<b>16:42</b>
	200m serie 1, 2, 3, 4	<b>R</b>	<b>16:31</b>	<b>16:51</b>
Vortex		<b>R</b>	<b>16:30</b>	<b>17:00</b>
	200m serie 5, 6, 7, 8	<b>R</b>	<b>16:43</b>	<b>17:03</b>
Triplo		<b>C</b>	<b>16:45</b>	<b>17:15</b>
	200m serie 9, 10, 11	<b>R</b>	<b>16:55</b>	<b>17:15</b>
200m serie 1, 2, 3, 4		<b>C</b>	<b>17:04</b>	<b>17:24</b>
200m serie 5, 6, 7, 8		<b>C</b>	<b>17:16</b>	<b>17:36</b>
	Alto	<b>R</b>	<b>17:00</b>	<b>17:40</b>
	200m serie 1, 2, 3, 4	<b>C</b>	<b>17:28</b>	<b>17:48</b>
	Peso 2kg	<b>R</b>	<b>17:30</b>	<b>18:00</b>
	200m serie 5, 6, 7	<b>C</b>	<b>17:40</b>	<b>18:00</b>
200m serie 1, 2, 3		<b>A</b>	<b>17:49</b>	<b>18:09</b>
Giavellotto 600g		<b>C</b>	<b>17:40</b>	<b>18:10</b>
Giavellotto 800g		<b>A/J/P/S/M</b>	<b>17:40</b>	<b>18:10</b>
	200m serie 1, 2, 3	<b>A</b>	<b>17:58</b>	<b>18:18</b>
200m serie 1, 2, 3, 4		<b>J/P/S</b>	<b>18:07</b>	<b>18:27</b>
	200m serie 1, 2	<b>J/P/S/M</b>	<b>18:19</b>	<b>18:39</b>
200m		<b>Mas</b>	<b>18:25</b>	<b>18:45</b>
3x800		<b>R</b>	<b>18:30</b>	<b>18:50</b>
	3x800	<b>R</b>	<b>18:37</b>	<b>18:57</b>
3x1000		<b>C</b>	<b>18:45</b>	<b>19:05</b>
	3x1000	<b>C</b>	<b>18:55</b>	<b>19:15</b>
4x100 mista	4x100 mista	<b>A/J/P/S/M</b>	<b>19:05</b>	<b>19:25</b>

Delegato Tecnico: Gabriele Monti – email: [montigabriele96@gmail.com](mailto:montigabriele96@gmail.com)