

Aprile 2019
domenica 14

ROVERETO (TN)
STADIO QUERCIA DI ROVERETO

PROGRAMMA TECNICO FIDAL

Maschile: 150m - 300m - 600m - 2.000m - Lungo - Alto - Peso - Giavell. - 4x100m

Femminile: 150m - 300m - 600m - 2000m - Lungo - Asta - Peso - Giavell. - 4x100m

PROGRAMMA TECNICO FISDIR (solo per atleti TAA tesserati FISDIR)

Agonisti 100m - 400m - Lungo (1m asse battuta) - Promozionale: 60m - Lungo da fermo

PROGRAMMA ORARIO PROVVISORIO

Ore 9.00: ritrovo giuria e concorrenti - ritiro buste iscrizioni

Ore 10.00: 60m FISDIR

Ore 10.05: 100m FISDIR

Ore 10.15: Peso AF(3kg.) e JPS(4kg.) - Giavellotto AM (700gr) e JPS(800)gr

Ore 10.15: Asta F.

Ore 10.15: 4x100 M.

Ore 10.20: 4x100 F.

Ore 10.25: 600m F.

Ore 10.30: Lungo M. (tribuna coperta) - Lungo da fermo FISDIR (tribuna scoperta)

Ore 10.40: 600m M.

Ore 10.55: 400m FISDIR

Ore 11.00: Alto M.

Ore 11.00: 150m F.

Ore 11.15: Peso AM (5kg), JM (6kg) e PS(7,260kg) - Giavellotto AF (500gr) e JPS(600gr)

Ore 11.20: Lungo FISDIR (1m asse battuta - tribuna scoperta)

Ore 11.20: 150m M.

Ore 11.40: Lungo F. (tribuna coperta)

Ore 11.45: 2.000m M.

Ore 12.05: 2.000m F.

Ore 12.15: 300m F.

Ore 12.35: 300m M.

(ORARIO DEFINITIVO verrà pubblicato sabato 13/04 su www.usquercia.it)



Progressioni Asta F e Alto M.: verranno stabilite in base agli atleti iscritti.

Norme cautelative: Per quanto non previsto dal presente regolamento, si fa riferimento ai regolamenti dell'attività Vademecum 2019. L'organizzazione declina ogni responsabilità per quanto possa accadere a persone e/o a cose prima, durante e dopo la manifestazione.

Iscrizioni: con procedura on-line entro le ore 12,00 di venerdì 12 aprile. Iscrizioni sul posto con sovratassa di 5,00Euro.

Pesi e Misure: Gli atleti utilizzeranno gli attrezzi previsti dalla categoria di appartenenza.

Composizione Serie: Tutte le gare di corsa si disputano in serie tenendo conto del tempo ottenuto nel 2018.

Partecipazione: Gli atleti possono fare 2 gare individuali più la staffetta ad eccezione di quelli che gareggiano nei 2.000m che non potranno fare nessuna altra gara di corsa.

Informazioni: Per ulteriori informazioni contattare usquercia@gmail.com o consultare il sito www.usquercia.it.

Contr. organizzativo: 5,00€ per ciascun atleta iscritto alle gare individuali e 5,00€ per ciascuna staffetta iscritta. Si chiede alle Società il pagamento in contanti al ritiro del pettorale.

Organizzazione: U.S. Quercia Trentingrana - Rovereto (www.usquercia.it).