

DISPOSITIVO TECNICO – ORGANIZZATIVO

CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE DI LANCI LUNGI + gare extra

Roma, Sabato e Domenica 11 e 12 Marzo 2023

VARIAZIONE PROGRAMMA ORARIO

ORGANIZZAZIONE: COMITATO REGIONALE FIDAL LAZIO – Via Flaminia Nuova, 830 - 00191 – Roma Tel: 06.33221775 – Email: tecnico.lazio@fidal.it

IMPIANTO LUOGO GARA: Stadio Paolo Rosi, Via dei Campi sportivi, ROMA

GARA ONLINE: Riferimento per le iscrizioni online **ID630243** – primo campo a sinistra che ordina l'elenco delle gare disponibili.

ISCRIZIONI: Le iscrizioni, potranno essere effettuate esclusivamente Online attraverso il sito federale nella sezione Servizi Online. Per eventuali problemi e informazioni procedurali contattare il referente iscrizioni telefonicamente.
Le iscrizioni termineranno Giovedì 09 Marzo 2023 alle ore 24:00.

PUBBLICAZIONE ISCRIZIONI: l'elenco degli iscritti sarà pubblicato Venerdì 10 Marzo 2023 sul sito Regionale, dopo le ore 15:00. Raccomandiamo a tutti di verificare l'esattezza delle operazioni di iscrizione svolte online.

ISCRIZIONI SUL POSTO: Ammesse per tutte le categorie con sovrattassa fino a 60' prima della gara.

CONFERMA ISCRIZIONI: 60' prima dell'inizio della gara.

PROGRAMMA TECNICO: PROMESSE/SENIOR

Gare Uomini: DISCO (kg.2), MARTELLO (kg. 7,260), GIAVELLOTTO (kg. 0,800)

Gare Donne: DISCO (kg. 1), MARTELLO (kg. 4), GIAVELLOTTO (kg.0,600)

JUNIOR

Gare Uomini: DISCO (kg.1.750), MARTELLO (kg. 6), GIAVELLOTTO (kg. 0,800)

Gare Donne: DISCO (kg. 1),MARTELLO (kg. 4), GIAVELLOTTO (kg.0,600)

ALLIEVI

Gare Uomini: DISCO (kg.1,500), MARTELLO (kg. 5), GIAVELLOTTO (kg. 0,700)

Gare Donne: DISCO (kg. 1),MARTELLO (kg. 3), GIAVELLOTTO (kg.0,500)

CADETTI

Gare Uomini: DISCO (kg.1,500), MARTELLO (kg. 4), GIAVELLOTTO (kg. 0,600)

Gare Donne: DISCO (kg. 1),MARTELLO (kg. 3), GIAVELLOTTO (kg.0,400)

A/J/P/S Uomini e Donne: 150mt,500mt,2000mt

Ragazzi/e: Giavellotto 400gr

NORME TECNICHE: Ogni atleta può prendere parte a due gare.
Gli atleti della categoria Master utilizzeranno gli attrezzi della categoria seniores.

REFERENTI: Ref. Organizzativo (sabato) : Lorenzo Irrera – cell. 371.3501017

Ref. Iscrizioni: Luigi Botticelli – cell. 335.7624042 – Email: botticelli@fidallazio.it

PREMIAZIONI: Verranno premiati i primi 3 atleti/e classificati di ogni gara e per ogni categoria maschile e femminile. Al primo classificato di ogni gara verrà consegnata la maglia di Campione Regionale Lanci Lunghi 2023.

PRESENTAZIONE ALLA CAMERA D'APPELLO: Gli atleti, muniti della tessera federale o di altro documento di identità, dovranno presentarsi in Camera d'Appello 20' prima dell'orario previsto della propria gara.

PROGRAMMA ORARIO

SABATO - RITROVO GIURIE E CONCORRENTI ORE 12:00		
ORARIO	GARA	CATEGORIA
13:00	MARTELLO	Cadette - Allieve - Femm
13:30	150mt	Allieve -Juniores - Pro/Sen - Femm
13:45	150mt	Allievi- Juniores - Pro/Sen - Masch
14:00	500mt	Allieve -Juniores - Pro/Sen - Femm
14:10	500mt	Allievi- Juniores - Pro/Sen - Masch
14:20	MARTELLO	Juniores - Pro/Sen - Femm
14:30	2000mt	Allieve -Juniores - Pro/Sen - Femm
14:40	2000mt	Allievi- Juniores - Pro/Sen - Masch
15:10	DISCO	Cadette, Allieve - Femm
16:30	DISCO	Juniores, Pro/Sen – Femm
17:35	GIAVELLOTTO	Allieve – Jun/Pro/Sen – Femm
18:40	GIAVELLOTTO	Ragazzi/e, Cadette

DOMENICA - RITROVO GIURIE E CONCORRENTI ORE 8:30		
ORARIO	GARA	CATEGORIA
09:30	MARTELLO	Juniores, Pro/Sen - Masch
10:10	MARTELLO	Cadetti, Allievi - Masch
13:00	DISCO	Juniores - Pro/Sen - Masch
14:15	DISCO	Cadetti - Allievi - Masch
15:30	GIAVELLOTTO	Juniores, Pro/Sen – Masch
16:35	GIAVELLOTTO	Cadetti, Allievi - Masch