FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale VALLE D'AOSTA

PRIMA GIORNATA GRANDPRIX ESORDIENTI M/F
SABATO 14 APRILE 2018

sede della manifestazione: Aosta (campo scuola)
organizzazione: Atl Calvesi
orario: ritrovo ore 14.30 - conferma iscrizioni ore 15.00 - inizio gare ore 15.30
iscrizioni: direttamente online nell'area riservata delle società, entro giovedì 12 aprile

programma gare:
esordienti A = triathlon (50MF-lungoF-altoM-300MF)
esordienti BC = triathlon (40hs+vortex+300m)

norme tecniche esordienti A
- 50m piani. Si corre in corsia con partenza all'impiedi.
- salto in lungo. Rincorsa normale, stacco a 1 piede da una zona delimitata con gesso bianco, posta a 50cm dalla buca, di 50cm di profondità x 1,20 m di larghezza. Arrivo nella sabbia. Si misura dall'impronta lasciata sul gesso. Per il resto valgono le regole normali.
- salto in alto. Ciascun concorrente ha a disposizione 2 tentativi per ciascuna misura. Progressione gara: 0.80-0.85-0.90-0.95-1.00-1.05-1.08-1.11-1.14-1.17-1.20-1.22-segue di 2cm
- 300m. Si corre in corsia con partenza all'impiedi.

norme tecniche esordienti B/C
- 40m con gli ostacoli (4hs x 0.40 -11-6-11)
- La prova di 300m viene corsa in linea a gruppi di 8-10 concorrenti per volta.
- Il vortex viene lanciato da fermo e deve cadere all'interno del settore di lancio. Ogni concorrente effettua 1 lancio di prova e 3 lanci regolarmente misurati (si consiglia l'utilizzo di picchetti segnalanci)

premi
Sono previsti premi per i migliori 3 classificati maschili e femminili (A-B-C). Premio di partecipazione per tutti.

quote di iscrizione
La quota di iscrizione è fissata in 2 euro ad atleta.

orario di massima
ore 15.15 - consegna attestati ai leader della classifica provvisoria del GP

ore 15.30 - 50 Eso A F		- vortex Eso B/C M
ore 15.40 - 50 Eso A M	- lungo Eso A F	
ore 15.50 - 40hs Eso B/C F		- alto Eso A M
ore 16.00 - 40hs Eso B/C M	- vortex Eso B/C F	
ore 16.20 - 300 Eso A F		
ore 16.40 - 300 Eso B/C M		
ore 17.00 - 300 Eso A M		
ore 17.20 - 300 Eso B/C F		

cronometraggio e giurie
Il cronometraggio è a carico della società organizzatrice che può utilizzare l'apparecchiatura messa a disposizione del Comitato regionale Fidal (crono semielettrico).
Le giurie (partenza, arrivo, concorsi vari) sono formate dagli istruttori e/o tecnici delle varie società partecipanti.
La segreteria Sigma è fornita dal GGG Valle d'Aosta. Il giudice designato funge anche da Delegato tecnico.