



BENVENUTO 2023

MANIFESTAZIONE CP Roma

Domenica 15 gennaio 2023

ORGANIZZAZIONE: COMITATO PROVINCIALE FIDAL ROMA Via Flaminia Nuova,830-00191-Roma
Tel:06.33221775 – Email: cp.roma@fidal.it;

IMPIANTO LUOGO GARA: Stadio Paolo Rosi via dei Campi Sportivi 7, Roma

REFERENTI:

Ref. Organizzativo: Alessandra Palombo

Delegato Tecnico: Gerardina Bauco

Ref Tecnico: Alessia Manfredelli-alessiamanfredelli@gmail.com;

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

PROGRAMMA TECNICO RE-RI 600mt/ getto del peso/salto in lungo;

PROGRAMMA TECNICO CADETTI E CADETTE Cadette/cadetti: 200mt/600mt/salto in lungo/**getto del peso**;

GARA EXTRA ALLIEVE/I /JUN M/F ALL M/F/JUN M/F: 200mt

PROGRAMMA TECNICO ASSOLUTI M-F ASS F: (**include allieve**)400/800mt/3000mt /martello /salto in alto;
ASS M: (**inclusi allievi**) 400/800mt/3000mt/ giavellotto/ salto in alto;



GARA ONLINE:

Riferimento per le iscrizioni online ID REG30197 primo campo a sinistra che ordina l'elenco delle gare disponibili.

Le iscrizioni verranno chiuse giovedì 12 gennaio 2023 alle ore 24:00

PUBBLICAZIONE ISCRIZIONI:

L'elenco degli iscritti sarà pubblicato venerdì 13 gennaio 2023 sul sito Regionale, dopo le ore 15:00. Raccomandiamo a tutti di verificare l'esattezza delle operazioni di iscrizione svolte online

CONFERMA ISCRIZIONI:

La conferma dovrà essere effettuata 60' prima dell'inizio della gara.

PAGAMENTO ISCRIZIONI:

TASSE GARA

ESO 5-8-10 M/F: 2€ a gara

RAGAZZI/E/CADETTI/E/ASSOLUTI/E: 3€ a gara

Iscrizione sul posto: 5€

Atleti Fuori regione: 10€



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Provinciale Roma

PROGRAMMA ORARIO								
RITROVO CONCORRENTI 9:15								
orario	Ragazze	Ragazzi	Cadette	Cadetti	All F+JF	AllM+JM	ASS F	ASS M
10:15	Getto del peso	Salto in lungo	Getto del peso 200mt				Salto in alto	Giavellotto
10:45				200mt				
11:15		Getto del peso		Getto del peso	200mt		Martello	Salto in alto
11:40	Salto in lungo					200mt		
12:00			600mt					
12:25				600mt				
12:40			Salto in lungo					
12:55							400mt	
13:20								400mt
13:40				Salto in lungo				
13:50	600mt							
14:15		600mt						
14:40							800mt	
15:00								800mt
15:30							3000mt	
15:55								3000mt

Norme tecniche

Ragazze/i: ogni atleta potrà iscriversi ad un massimo di due gare individuali;

-i lanci a disposizione saranno tre per ogni atleta.

Cadetti/e: -ogni atleta potrà iscriversi ad un massimo di due gare individuali;

-nei concorsi (lungo-peso) le prove a disposizione per ogni atleta sono quattro.

Allievi e Allieve: nei lanci, gli allievi e le allieve che prenderanno parte alla gara Assoluta M/F, potranno utilizzare l'attrezzo con relativo peso appartenente alla categoria di riferimento.

salto in alto: Le progressioni dei salti in elevazione sono stabilite, sulla base delle misure di iscrizione, dal Delegato Tecnico della manifestazione.

Gli atleti che partecipano ad una gara di corsa o marcia superiore od uguale ai m 1000 possono prendere parte nello stesso giorno solare anche ad un'altra gara, con esclusione delle gare di corsa, marcia, o frazioni di staffetta, superiori ai m 400.

Sono previste premiazioni per le categorie giovanili.