

**CAMPIONATI GIOVANILI INVERNALI DI LANCI ALL/JUN – 1<sup>a</sup> PROVA REGIONALE**  
**CAMPIONATI ASSOLUTI E PROMESSE INVERNALI DI LANCI – 1<sup>a</sup> PROVA**  
**Gare di contorno PESO**

Il Comitato Regionale Sardo della Fidal, indice e organizza, con la collaborazione del Comitato Provinciale di Sassari, i Campionati Invernali di Lanci 2023 1<sup>a</sup> Prova Regionale, che si svolgeranno a Sassari domenica 5 febbraio 2023. E' ammessa la partecipazione dei cadetti con l'attrezzo della propria categoria.

• **CAMPIONATI ITALIANI ASSOLUTI**

Programma Tecnico

Gare Uomini		Gare Donne	
Disco	Kg 2	Disco	Kg 1
Martello	Kg 7,260	Martello	Kg 4
Giavellotto	Kg 0,800	Giavellotto	Kg 0,600
<b>Gara Extra PESO</b>	<b>Kg 7,260</b>	<b>Gara Extra PESO</b>	<b>Kg 4</b>

**Norme di partecipazione alla prova regionale:**

Possono partecipare gli atleti italiani e "italiani equiparati" delle categorie Seniores e Promesse.

Gli atleti possono gareggiare in qualunque Prova Regionale anche in regioni diverse dalla propria.

Ai fini dell'ammissione alla Finale Nazionale è valida la migliore prestazione ottenuta nel complesso di tutte le Prove Regionali disputate.

Ogni atleta in ciascuna Prova Regionale può prendere parte a due gare. Ai tre lanci di finale di ciascuna Prova Regionale sono ammessi 8 atleti della regione più un massimo di altri 8 eventuali atleti provenienti da fuori regione che rientrino nelle prestazioni dei primi 8 della regione.

• **CAMPIONATI ITALIANI PROMESSE**

Programma Tecnico

Gare Uomini		Gare Donne	
Disco	Kg 2	Disco	Kg 1
Martello	Kg 7,260	Martello	Kg 4
Giavellotto	Kg 0,800	Giavellotto	Kg 0,600
<b>Gara Extra PESO</b>	<b>Kg 7,260</b>	<b>Gara Extra PESO</b>	<b>Kg 4</b>

**Norme di partecipazione alla prova regionale:**

Possono partecipare gli atleti della categoria Promesse italiani e "italiani equiparati".

Gli atleti possono gareggiare in qualunque Prova Regionale anche in regioni diverse dalla propria.

Ai fini dell'ammissione alla Finale Nazionale è valida la migliore prestazione ottenuta nel complesso di tutte le Prove Regionali disputate.

Ogni atleta in ciascuna Prova Regionale può prendere parte a due gare.

Ai tre lanci di finale di ciascuna Prova Regionale sono ammessi 8 atleti della regione più un massimo di 8 altri eventuali atleti provenienti da fuori regione che rientrino nelle prestazioni dei primi 8 della regione.

• **CAMPIONATI ITALIANI GIOVANILI ALLIEVI/JUNIORES**

Programma Tecnico

Gare Uomini		Gare Donne	
Disco	Kg 1,750	Disco	Kg 1
Martello	Kg 6	Martello	Kg 4
Giavellotto	Kg 0,800	Giavellotto	Kg 0,600
<b>Gara Extra PESO</b>	<b>Kg 5 AM – kg 6 JM</b>	<b>Gara Extra PESO</b>	<b>Kg 3 AF – kg 4 JF</b>

**Norme di partecipazione alla prova regionale:**

Possono partecipare gli atleti delle categorie Juniores e Allievi italiani e "italiani equiparati".

Gli atleti possono gareggiare in qualunque Prova Regionale anche in regioni diverse dalla propria.

Ai fini dell'ammissione alla Finale Nazionale è valida la migliore prestazione ottenuta nel complesso di tutte le Prove Regionali disputate.

Gli Allievi per entrare in classifica nella categoria giovanile devono utilizzare gli stessi attrezzi della categoria Juniores, diversamente potranno gareggiare con l'attrezzo della propria categoria.

Ogni atleta in ciascuna Prova Regionale può prendere parte a due gare.

Ai tre lanci di finale di ciascuna Prova Regionale sono ammessi 8 atleti della regione più un massimo di 8 altri eventuali atleti provenienti da fuori regione che rientrino nelle prestazioni dei primi 8 della regione

- **CADETTI/E**

Programma Tecnico

Gare Uomini		Gare Donne	
Disco	Kg 1,5	Disco	Kg 1
Martello	Kg 4	Martello	Kg 3
Giavellotto	Kg 0,600	Giavellotto	Kg 0,400
Peso	Kg 4	Peso	Kg 3

Le iscrizioni degli atleti dovranno essere effettuate online attraverso il sito “Fidal.it – servizio online per Affiliazioni, Tesseramento, Iscrizioni” entro le ore 24:00 del giorno 01/02/2023.

Non sono ammesse in nessun caso nuove iscrizioni o variazioni il giorno della gara.

<i>PROGRAMMA ORARIO</i>		
<i>UOMINI</i>	<i>ORE</i>	<i>DONNE</i>
<i>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</i>	<i>09,30</i>	<i>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</i>
GIAVELLOTTO PESO	<i>10,30</i>	GIAVELLOTTO PESO
<i>A SEGUIRE</i>		
MARTELLO		MARTELLO
DISCO		DISCO

Il presente orario è indicativo e potrà subire variazioni per il buon andamento della manifestazione.

Cagliari, 30 gennaio 2023