



# CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE ASSOLUTO SU PISTA

**Gare extra Cadetti/e**  
**Quartucciu 1-2 Giugno 2024**



La Fidal Comitato Regionale Sardo indice e organizza, con la collaborazione dell'Atl. Selargius, il Campionato Individuale Assoluto su Pista con gare extra cadetti/e.

**Le iscrizioni degli atleti, tecnici, dirigenti e pubblico si effettueranno on-line attraverso il sito [www.fidal.it](http://www.fidal.it) – servizio on-line entro le ore 24:00 di martedì 28 maggio 2024.**

**Sul posto gara non potranno essere effettuate nuove iscrizioni.**

Le iscrizioni degli atleti stranieri e degli atleti tesserati per società al di fuori della Regione Sardegna sono subordinate al rispetto delle Norme Attività 2024.

## **REGOLAMENTO GARA**

- Ogni atleta nel complesso delle giornate previste può prendere parte ad un massimo di due gare individuali più la staffetta o ad una gara individuale più due staffette.
- Ogni atleta nella stessa giornata può partecipare ad un massimo di due gare, staffetta compresa.
- Gli atleti che partecipano ad una gara di corsa superiore ai m 1000 possono prendere parte nella stessa giornata anche ad altre gare (compresa la staffetta), con esclusione delle gare superiori ai m 400.
- Possono partecipare "fuori classifica" atleti tesserati per Società di altra regione, previo nulla-osta del Comitato Regionale di appartenenza e del Comitato Regionale dove si svolge la manifestazione
- Eventuali disdette di partecipazione alle singole gare per gli atleti già confermati possono essere effettuate almeno 60 minuti prima dell'orario previsto per la gara. **LA MANCATA PARTECIPAZIONE ALLA GARA DOPO LA CONFERMA DETERMINA L'ESCLUSIONE DALLE GARE SUCCESSIVE.**

Per quanto non previsto si fa riferimento alle Norme Attività 2024.

## **CAMERA D'APPELLO**

Gli atleti dovranno presentarsi alla Camera d'Appello con le seguenti tempistiche:

- Gare di corsa: entro 20 minuti prima dell'orario previsto
- Lanci e salti: entro 30 minuti prima dell'orario previsto

## **PREMIAZIONI**

Verranno premiati i primi tre classificati.



**SABATO 1° GIUGNO**

UOMINI		ORE	DONNE	
<i>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</i>		15.30	<i>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</i>	
	Mt. 110 hs 1,06	16.10		Martello Kg. 4
		16.20	Mt. 100 hs 0,84	
	Mt. 100 hs 0,84 CM	16.25		
Asta		16.30		Triplo
		16.35	Mt. 80 hs – H 0,76 CF	
		16.50	Mt 80 CF	
	Mt 80 CM	17.05		
		17.20	Mt. 100 (Batterie)	
Disco Kg. 2		17.30		
	Mt. 100 (Batterie)	17.55		
Triplo		18.00		Alto
		18.25	Mt. 400	
	Mt. 400	18.35		
Giavellotto Gr. 800		18.50		
		19.00	Mt. 100 (Finali)	
	Mt. 100 (Finali)	19.05		Peso Kg. 4
		19.15	Mt 1000 CF	
	Mt 1000 CM	19.20		
		19.30	Mt. 1500	
	Mt. 1500	19.40		
		19.55	Mt 1200st 0,76 CF	
	Mt 1200st 0,76 CM	20.00		
		20.10	Mt. 3000st 0,76	
	Mt. 3000st 0,91	20.15		
		20.30	Staffetta 4x100	
	Staffetta 4x100	20.40		



**DOMENICA 2 GIUGNO**

UOMINI		ORE	DONNE	
<i>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</i>		14.30	<i>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</i>	
Martello Kg. 7,260		15.15		Asta
Lungo	Mt. 400 hs 0,91	15.30		
		15.40	Mt. 400 hs 0,76	
		15.50	Mt 300 hs 0,76 CF	
Alto	Mt 300 hs 0,76 CM	16.00		
		16.20	Mt 300 CF	
	Mt 300 CM	16.30		Disco Kg. 1
		16.50	Mt. 800	
		17.00		Lungo
	Mt. 800	17.05		
		17.20	Mt. 200	
	Mt. 200	17.50		
Peso Kg. 7,260		18.00		Giavellotto Gr. 600
		18.30	Mt 2000 CF	
	Mt 2000 CM	18.40		
		18.55	Mt. 5000	
	Mt. 5000	19.25		
		20.05	Staffetta 4x400	
	Staffetta 4x400	20.15		
	Staffetta 4x400 mista	20.25	Staffetta 4x400 mista	
	Marcia Km. 10	20.35	Marcia Km. 5	

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

L'orario definitivo, se necessario, verrà pubblicato nel sito [sardegna.fidal.it](http://sardegna.fidal.it), alla chiusura delle iscrizioni.

Cagliari, 20 maggio 2024