

CAMPIONATO INDIVIDUALE MASTER SU PISTA FASE REGIONALE

“Gare open per gli assoluti”

Sassari – Stadio dei Pini “Tonino Siddi”
SABATO 22 E DOMENICA 23 APRILE 2023

La Fidal, Comitato Regionale Sardo indice e organizza in collaborazione con il Comitato Provinciale di Sassari, il Campionato Individuale Master su Pista – Fase Regionale.

Le iscrizioni degli atleti si effettueranno on-line attraverso il sito www.fidal.it – servizio on-line entro le ore 24:00 di martedì 18 aprile 2023.

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 2023.

I tecnici delle società sono responsabili del comportamento dei propri tesserati durante tutta la permanenza all'interno dell'impianto.

REGOLAMENTO GARA

- Ogni atleta nell'arco della stessa giornata può essere iscritto e prendere parte ad un massimo di due gare individuali più una staffetta oppure di una gara individuale più due staffette oppure tre gare individuali,
- 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
- Nei lanci e nei salti in estensione (lungo e triplo) sono previste tre prove per ogni atleta e tre prove di finale alla quale accedono i primi 6 atleti delle eliminatorie, per ciascuna fascia d'età.
- Le conferme ed eventuali disdette di partecipazione alle singole gare 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.
- **Le sotto elencate gare sono aperte alle categorie ASSOLUTE MASCHILI E FEMMINILI:**
- **Mt. 110hs/100hs/100/200/400/800/1500/staffette 4x100 e 4x400**
- **Martello/Disco/Giavellotto ATTREZZO DELLA CATEGORIA ASSOLUTA**
- **Asta alle categorie ASSOLUTE e CADETTI maschili e femminili**

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

ORARIO

SABATO 22 APRILE

UOMINI		ORE	DONNE	
<i>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</i>		16.00	<i>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</i>	
Alto		17.00	Mt 80/100hs	Martello Lungo
		17.10	Mt 100hs Assolute	
	Mt 80/100hs	17.20		
	Mt 100hs Assoluti	17.25		
		17.40	Mt 100	
		17.50	Mt 100 Assolute	
Martello Triplo	Mt 100	18.00		Peso
	Mt 100 Assoluti	18.10		
		18.25	Mt 400	
		18.30	Mt 400 Assolute	
	Mt 400	18.40		
	Mt 400 Assoluti	18.50		
Martello M. Corta Peso		19.00		Martello M. Corta Asta Assolute/Cadette
		19.10	Mt 1500	
		19.20	Mt 1500 Assolute	
	Mt 1500	19.30		
	Mt 1500 Assoluti	19.40		
		19.50	Staffetta 4x100	
		19.55	Staffetta 4x100 Assolute	
	Staffetta 4x100	20.00		
	Staffetta 4x100 Assoluti	20.05		

DOMENICA 23 APRILE

UOMINI		ORE	DONNE	
<i>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</i>		8.30	<i>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</i>	
Lungo		9.30	Mt 5000	Alto Disco
	Mt 5000	10.00		
Disco		10.30		Triplo Giavellotto
		11.00	Mt 2000/3000 Siepi	
	Mt 2000/3000 Siepi	11.15		
Giavellotto Asta Assoluti/Cadetti		11.30	Mt. 800	
		11.40	Mt 800 Assolute	
	Mt 800	11.50		
	Mt 800 Assoluti	12.00		
		12.15	Mt 300/400 Hs	
	Mt 300/400 Hs	12.25		
		12.40	Mt 200	
		12.50	Mt 200 Assolute	
	Mt 200	13.00		
	Mt 200 Assoluti	13.15		
		13.30	Staffetta 4x400	
		13.40	Staffetta 4x400 Assolute	
	Staffetta 4x400	13.50		
	Staffetta 4x400 Assoluti	14.00		
	Marcia Mt 5000 Master/ Assolute	14.10	Marcia Mt 5000 Master/ Assolute	

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, alla chiusura delle iscrizioni.

Cagliari, 20 marzo 2023