



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale LAZIO

DISPOSITIVO TECNICO – ORGANIZZATIVO

CDS su Pista Allievi/e

1^ PROVA REGIONALE

Rieti, Stadio Raul Guidobaldi, Sabato e Domenica 13 e 14 Maggio 2017

CDS Cadetti – 3^ prova

Rieti, Stadio Raul Guidobaldi, Domenica 14 Maggio 2017

e gare extra Assolute

ORGANIZZAZIONE: COMITATO PROVINCIALE FIDAL RIETI - Via dello Sport, 1 – 02100 - RIETI
Tel e Fax. 0746.270085/271773 - **E-mail:** milardi@hotmail.it

IMPIANTO LUOGO GARA: STADIO “RAUL GUIDOBALDI” - Viale E.G. Duprè Theseider, 2 - RIETI

GARA ONLINE: CDS SU PISTA ALLIEVI/E. Riferimento per le iscrizioni online **ID614279** – primo campo a sinistra che ordina l'elenco delle gare disponibili.

CDS CADETTI - 3^ prova. Riferimento per le iscrizioni online **ID614283** – primo campo a sinistra che ordina l'elenco delle gare disponibili.

ISCRIZIONI: Le iscrizioni potranno essere effettuate esclusivamente Online attraverso il sito federale nella sezione Servizi Online. Per eventuali problemi e informazioni procedurali contattare il referente iscrizioni telefonicamente. **Le iscrizioni termineranno Giovedì 11 Maggio 2017 alle ore 24:00.**

PUBBLICAZIONE l'elenco degli iscritti sarà pubblicato Venerdì 12 Maggio 2017 sul sito Regionale, dopo le ore 15:00. Raccomandiamo a tutti di verificare l'esattezza delle operazioni di iscrizione svolte online.

CONFERMA ISCRIZIONI: 60' prima dell'inizio della gara da effettuare, con il tesserino FIDAL.
Si ricorda a tutti gli atleti di munirsi di tesserino FIDAL e/o documento di identità da esibire alla Call Room prima dell'ingresso in campo.

PROGRAMMA TECNICO: **ALLIEVI** 1^ giornata = 100mt, 400mt, 1500mt, 2000st, 110Hs, 4x100mt
Asta, Triplo, Disco, Giavellotto, Marcia 5km (pista)
2^ giornata = 200mt, 800mt, 3000mt, 400Hs, 4x400mt
Alto, Lungo, Peso, Martello

ALLIEVE 1^ giornata = 100mt, 400mt, 1500mt, 2000st, 110Hs, 4x100mt
Alto, Triplo, Peso, Martello, Marcia 5km (pista)
2^ giornata = 200mt, 800mt, 3000mt, 400Hs, 4x400mt
Asta, Lungo, Disco, Giavellotto

CADETTI/E: 80 – 1000 – 300hs – triplo – asta – martello – staffetta 100+200+300+400
GARE EXTRA ASSOLUTI M e F: 100mt M (minimo 11"20)-100mt F (12"30)-200mt M (22"50)-200mt F (25"50)-400mt M (49"50)- 400mt F (59"00)- 110 hs J e Assoluti M

REFERENTI: **Delegato Tecnico:** Stefania Micheli cell.339.2864703
Ref. Tecnico e Organizzativo: Alberto Milardi cell. 347.5047764

PROGRAMMA ORARIO – 1^giornata – ORE 13:45 – RITROVO				
ORA	ALLIEVI CORSE	ALLIEVI CONCORSI	ALLIEVE CORSE	ALLIEVE CONCORSI
15:00		Asta		Martello
15:20	110 Hs (h1,06)			
15:25	110 Hs Juniores (h1,00)			
15:35	110Hs (h0,91)			
15:50			100Hs (h0,76)	
16:00	100 mt Assoluti (minimo 11"20)			
16:10	100 mt			Triplo
16:30		Disco		
16:35			100 mt Assolute (minimo 12"30)	
16:40			100 mt	
16:55	400 mt Assoluti (minimo 49"50)			
17:00	400 mt			Alto
17:25			400 mt Assolute (minimo 59"00)	
17:30			400 mt	
17:35		Triplo		Getto del Peso
17:50	Marcia – 5 Km		Marcia – 5 Km	
18:00		Giavellotto		
18:20	2000 st			
18:35			2000 st	
18:50	1500 mt			
19:05			1500 mt	
19:20	4x100 mt			
19:40			4x100 mt	

NOTA BENE: Gli orari potranno subire variazioni in base al numero degli iscritti, eventuali modifiche verranno comunicate nelle 24 ore successive al termine delle iscrizioni riportato sul dispositivo

PROGRAMMA ORARIO – 2^giornata – ORE 9:30 – RITROVO				
ORA	CADETTI CORSE	CADETTI CONCORSI	CADETTE CORSE	CADETTE CONCORSI
10:30		Martello		Asta
11:00	300Hs			
11:15		Triplo	300Hs	
11:30	80mt			
12:00				Martello
12:10			80mt	
12:30		Asta		
12:50	1000mt			Triplo
13:10			1000mt	
13:30	Staff.Mista			
13:50			Staff.Mista	

PROGRAMMA ORARIO – 2^giornata – ORE 14:15 – RITROVO

ORA	ALLIEVI	ALLIEVI CONCORSI	ALLIEVE	ALLIEVE CONCORSI
15:30		Martello		Asta
16:10	400Hs			Lungo
16:25			400Hs	
16:40	200mt Assoluti (minimo 22"50)			
16:45	200mt	Alto		
17:00		Peso		Disco
17:10			200mt Assolute (minimo 25"50)	
17:15			200mt	
17:30		Lungo		
17:40	800mt			
17:55			800mt	
18:10	3000mt			Giavellotto
18:30			3000mt	
18:50	4x400 mt			
19:10			4x400 mt	