

PROGRAMMA ORARIO DEFINITIVO

CdS di Corsa Assoluti  
Camp. Reg. Individuali Junior – Promesse - Senior  
Gare di contorno  
**Agropoli 29 marzo 2025**

**Programma Tecnico**

Jun/Pro/Sen M/F: km.10

**Gare di contorno:**

Assoluti M/F: Alto – Giav – Triplo (M) – Lungo (F)

Cadetti/e: Giav

**Programma Orario**

ore 14.00 Ritrovo

ore 15.00 km.10 F Alto M – Lungo F Giav F + C/i + C/e

ore 16.00 Km 10 M

ore 16.50 Alto F- Triplo M Giav M

**Conferma partecipazione entro 60' minuti dall'inizio di ogni gara.**

**Regolamento CdS Corsa Regionale**

**CdS Assoluto M e F:** Ogni società può partecipare con un numero illimitato di atleti.

Saranno assegnati punti 100 al primo classificato, 99 al secondo e così a scalare di un punto; un punto sarà comunque assegnato a tutti i classificati oltre il 100° posto. Ogni società potrà sommare un minimo di 3 punteggi ed un massimo di 4 punteggi.

Per la composizione delle serie si terrà conto del miglior accredito conseguito nella stagione in corso o nelle stagioni 2023 e 2024, comparando con la tabella di punteggio le gare in pista dei 10.000 metri, 5000 metri, 3000 metri, 3000 metri siepi. Il delegato tecnico valuterà eventuali accrediti di tempi ottenuti in gare ufficiali su strada.

Iscrizioni on line entro le ore 20 del giovedì precedente la gara.

Il programma orario potrà subire variazioni in relazione al numero degli atleti iscritti

Gli atleti delle categorie allievi/e e junior lanciano con gli attrezzi della propria categoria.

Gli atleti della categoria master potranno optare di lanciare con gli attrezzi degli allievi e junior se previsto dalle rispettive categorie

Costo iscrizioni atleta gara

CATEGORIA	FUORI REGIONE	REGIONALE SUL CAMPO	FUORI REGIONE SUL CAMPO
ESORDIENTI 5-8	3,00 €	2,00 €	5,00 €
ESORDIENTI 10	3,00 €	4,00 €	5,00 €
RAGAZZI	3,00 €	4,00 €	5,00 €
CADETTI	3,00 €	4,00 €	5,00 €
ASSOLUTI	8,00 €	5,00 €	10,00 €

**Modalità di pagamento**

Bonifico bancario intestato a "Comitato Regionale Fidal Campania"

IBAN: IT54Q0100503412000000002113

Causale: iscrizione alla gara gara....cod.soc.™.

Inviare la distinta di pagamento effettuato alla seguente mail: [fidalcampania@libero.it](mailto:fidalcampania@libero.it)

PROGRAMMA ORARIO DEFINITIVO

CdS e CRI di Corsa Allievi  
Riunione regionale Ragazzi - Cadetti  
Avellino 30 marzo 2025

**Programma Tecnico**

Allieve: 20 minuti  
Allievi: 30 minuti  
Ragazzi: 60hs – alto – vortex – marcia km 2  
Ragazze: 60hs - lungo – peso – marcia km 2  
Cadetti: 15 minuti\* - 100hs – 300 - peso  
Cadette: 10 minuti\* - 80hs – 300 -peso

\*Gara sperimentale

**Programma Orario**

**08.30 Ritrovo**

09.30	20' Allieve		
10.00	30' Allievi		
10.40	10' Cadette		<b>Vortex R/i</b>
10.55	15' Cadetti		
11.20	60hs R/e	Lungo R/e	Peso R/e + C/e
11.30	60hs R/i		
11.40	80hs C/e		
11.50	100hs C/i		
12.00	Marcia Km 2 R/e e R/i		
12.15	300 C/e	Alto R/i	Peso C/i
12.30	300 C/i		

**Regolamento CdS Corsa Regionale Allievi/e:**

Ogni società può partecipare con un numero illimitato di atleti.  
Saranno assegnati punti 100 al primo classificato, 99 al secondo e così a scalare di un punto; un punto sarà comunque assegnato a tutti i classificati oltre il 100° posto. Ogni società potrà sommare un minimo di 3 punteggi ed un massimo di 4 punteggi.

**Distanza gara 60 hs – (partenza a 4 appoggi con o senza blocchi)**

Ragazzi/e 6 0.60 12 7.50 (partenza a 4 appoggi con o senza blocchi)  
Progressione salto in alto ragazzi:  
1.00-1.10-1.15-1.20-1.25-1.28-1.31-1.34-1.37-1.40-1.43-1.46 poi di 2 cm in 2 cm

Iscrizioni on line entro le ore 20 del giovedì precedente la gara.

Conferma partecipazione: entro 60' prima dell'inizio di ogni singola gara.

Il programma orario potrà subire variazioni in relazione al numero degli atleti iscritti

Costo iscrizioni atleta gara

CATEGORIA	FUORI REGIONE	REGIONALE SUL CAMPO	FUORI REGIONE SUL CAMPO
ESORDIENTI 5-8	3,00 €	2,00 €	5,00 €
ESORDIENTI 10	3,00 €	4,00 €	5,00 €
RAGAZZI	3,00 €	4,00 €	5,00 €
CADETTI	3,00 €	4,00 €	5,00 €
ASSOLUTI	8,00 €	5,00 €	10,00 €

**Modalità di pagamento**

Bonifico bancario intestato a "Comitato Regionale Fidal Campania"

IBAN: IT54Q010050341200000002113

Causale: iscrizione alla gara gara....cod.soc."

Inviare la distinta di pagamento effettuato alla seguente mail: [fidalcampania@libero.it](mailto:fidalcampania@libero.it)