

DISPOSITIVO TECNICO – ORGANIZZATIVO

CdS ASSOLUTO CROSS

1^a prova regionale, valida come Camp. Regionale Individuale

+ TROFEO GIOVANILE DI CORSA CAMPESTRE – 1^a prova

+ CHALLENGE ASSOLUTO DI CROSS CORTO 3km Assoluti M/F - 1^a prova

valida come Camp. Regionale Individuale di Cross Corto

Arce - Domenica 22 Gennaio 2023

ORGANIZZAZIONE: Comitato Provinciale FIDAL Frosinone

LUOGO GARA: ARCE (Fr) presso Ristorante Fini Via Casilina Km 108.500

GARA ONLINE ASSOLUTI: **CDS ASSOLUTO CROSS.** Riferimento per le iscrizioni online **ID630200** – primo campo a sinistra che ordina l'elenco delle gare disponibili.

GARA ONLINE GIOVANILI: **TROFEO GIOVANILE DI CROSS.** Riferimento per le iscrizioni online **ID630201** – primo campo a sinistra che ordina l'elenco delle gare disponibili.

GARA ONLINE CROSS CORTO: **CHALLENGE CROSS CORTO.** Riferimento per le iscrizioni online **ID630202** – primo campo a sinistra che ordina l'elenco delle gare disponibili.

PRE-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 19 Gennaio 2023 alle ore 24:00.

PUBBLICAZIONE ISCRIZIONI: l'elenco degli iscritti sarà pubblicato venerdì 20 Gennaio 2023 sul sito Regionale, dopo le ore 15:00. Raccomandiamo a tutti di verificare l'esattezza delle operazioni di iscrizione svolte online.

ISCRIZIONI SUL POSTO: Ammesse per tutte le categorie con sovrattassa fino a 60' prima della gara.

CONFERMA ISCRIZIONI: 60' prima dell'inizio della gara.

CALL ROOM Gli atleti, muniti della tessera federale o di altro documento di identità, dovranno presentarsi in Camera d'Appello 20' prima dell'orario previsto per la propria corsa. Gli atleti accederanno al campo di gara esclusivamente attraverso la Camera d'Appello.

REFERENTI: **Delegato tecnico:**

Ref. Organizzativo: Sandro Ceccacci, mail: cp.frosinone@fidal.it

Ref. Tecnico: Fabrizio Mirabello, tel. 328/2117545, mail: mirafabri@libero.it

Ref. Iscrizioni: Stefano Troia, tel. 331/2475614

mail: iscrizioni@fidallazio.it

PROGRAMMA ORARIO

ORE 8:00 – RITROVO GIURIE E CONCORRENTI			
ORA	GARA	CATEGORIA	INFO
9:15	10.000 m	Promesse/Senior (Masch)	CdS Assoluto
10:10	8.000 m	Juniores (Masch) + Promesse/Senior (Femm)	CdS Assoluto
10:55	5.000 m	Allievi (Masch) + Juniores (Femm)	CdS Assoluto
11:30	4.000 m	Allieve (Femm)	CdS Assoluto
12:00	3.000 m	All/Jun/Pro/Senior Femm - Masch	Challenge di Cross Corto
12:20	2.500 m	Cadetti	Trofeo giovanile di Cross
12:35	2.000 m	Cadette	Trofeo giovanile di Cross
12:30 RITROVO ESORDIENTI			
12:50	1.500 m	Ragazzi	Trofeo giovanile di Cross
13:00	1.000 m	Ragazze	Trofeo giovanile di Cross
13:30	600m	Esordienti F10	
13:40	600m	Esordienti M10	
13:50	400 m	Esordienti F8	
14:00	400 m	Esordienti M8	
14:10	400 m	Esordienti F5	
14:20	400 m	Esordienti M5	