

CAMPIONATI GIOVANILI INVERNALI DI LANCI ALL/JUN – 1^a PROVA REGIONALE
CAMPIONATI ASSOLUTI E PROMESSE INVERNALI DI LANCI – 1^a PROVA
Gare di contorno PESO

Il Comitato Regionale Sardo della Fidal, indice e organizza, con la collaborazione del Comitato Provinciale di Nuoro, i Campionati Invernali di Lanci 2023 1^a Prova Regionale, che si svolgeranno a Nuoro domenica 22 gennaio 2023. E' ammessa la partecipazione dei cadetti con l'attrezzo della propria categoria.

• **CAMPIONATI ITALIANI ASSOLUTI**

Programma Tecnico

Gare Uomini		Gare Donne	
Disco	Kg 2	Disco	Kg 1
Martello	Kg 7,260	Martello	Kg 4
Giavellotto	Kg 0,800	Giavellotto	Kg 0,600
Gara Extra PESO	Kg 7,260	Gara Extra PESO	Kg 4

Norme di partecipazione alla prova regionale:

Possono partecipare gli atleti italiani e "italiani equiparati" delle categorie Seniores e Promesse. Gli atleti possono gareggiare in qualunque Prova Regionale anche in regioni diverse dalla propria. Ai fini dell'ammissione alla Finale Nazionale è valida la migliore prestazione ottenuta nel complesso di tutte le Prove Regionali disputate. Ogni atleta in ciascuna Prova Regionale può prendere parte a due gare. Ai tre lanci di finale di ciascuna Prova Regionale sono ammessi 8 atleti della regione più un massimo di altri 8 eventuali atleti provenienti da fuori regione che rientrino nelle prestazioni dei primi 8 della regione.

• **CAMPIONATI ITALIANI PROMESSE**

Programma Tecnico

Gare Uomini		Gare Donne	
Disco	Kg 2	Disco	Kg 1
Martello	Kg 7,260	Martello	Kg 4
Giavellotto	Kg 0,800	Giavellotto	Kg 0,600
Gara Extra PESO	Kg 7,260	Gara Extra PESO	Kg 4

Norme di partecipazione alla prova regionale:

Possono partecipare gli atleti della categoria Promesse italiani e "italiani equiparati". Gli atleti possono gareggiare in qualunque Prova Regionale anche in regioni diverse dalla propria. Ai fini dell'ammissione alla Finale Nazionale è valida la migliore prestazione ottenuta nel complesso di tutte le Prove Regionali disputate. Ogni atleta in ciascuna Prova Regionale può prendere parte a due gare. Ai tre lanci di finale di ciascuna Prova Regionale sono ammessi 8 atleti della regione più un massimo di 8 altri eventuali atleti provenienti da fuori regione che rientrino nelle prestazioni dei primi 8 della regione.

• **CAMPIONATI ITALIANI GIOVANILI ALLIEVI/JUNIORES**

Programma Tecnico

Gare Uomini		Gare Donne	
Disco	Kg 1,750	Disco	Kg 1
Martello	Kg 6	Martello	Kg 4
Giavellotto	Kg 0,800	Giavellotto	Kg 0,600
Gara Extra PESO	Kg 5 AM – kg 6 JM	Gara Extra PESO	Kg 3 AF – kg 4 JF

Norme di partecipazione alla prova regionale:

Possono partecipare gli atleti delle categorie Juniores e Allievi italiani e "italiani equiparati". Gli atleti possono gareggiare in qualunque Prova Regionale anche in regioni diverse dalla propria. Ai fini dell'ammissione alla Finale Nazionale è valida la migliore prestazione ottenuta nel complesso di tutte le Prove Regionali disputate. **Gli Allievi per entrare in classifica nella categoria giovanile devono utilizzare gli stessi attrezzi della categoria Juniores, diversamente potranno gareggiare con l'attrezzo della propria categoria.** Ogni atleta in ciascuna Prova Regionale può prendere parte a due gare. Ai tre lanci di finale di ciascuna Prova Regionale sono ammessi 8 atleti della regione più un massimo di 8 altri eventuali atleti provenienti da fuori regione che rientrino nelle prestazioni dei primi 8 della regione

- **CADETTI/E**

Programma Tecnico

Gare Uomini		Gare Donne	
Disco	Kg 1,5	Disco	Kg 1
Martello	Kg 4	Martello	Kg 3
Giavellotto	Kg 0,600	Giavellotto	Kg 0,400
Peso	Kg 4	Peso	Kg 3

Le iscrizioni degli atleti dovranno essere effettuate online attraverso il sito “Fidal.it – servizio online per Affiliazioni, Tesseramento, Iscrizioni” entro le ore 24:00 del giorno 18/01/2023.

Non sono ammesse in nessun caso nuove iscrizioni o variazioni il giorno della gara.

<i>PROGRAMMA ORARIO</i>		
<i>UOMINI</i>	<i>ORE</i>	<i>DONNE</i>
<i>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</i>	<i>09,30</i>	<i>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</i>
GIAVELLOTTO PESO	<i>10,30</i>	GIAVELLOTTO PESO
<i>A SEGUIRE</i>		
MARTELLO		MARTELLO
DISCO		DISCO

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

Cagliari, 16 gennaio 2023