

DISPOSITIVO TECNICO – ORGANIZZATIVO
CEPRANO (FR) – Stadio “A. Vollero”
Sabato 12 novembre 2022

Corri, salta, lancia
CIOCIARIA GAMES 2022 – Meeting d’Autunno

ORGANIZZAZIONE: POL. ATLETICA CEPRANO – COMITATO PROVINCIALE FIDAL FROSINONE

LUOGO GARA: Impianto Sportivo A. Vollero - Via Cornete 3° Traversa, 03024 CEPRANO (FR)

ISCRIZIONI: Le iscrizioni potranno essere effettuate esclusivamente Online attraverso il sito federale nella sezione servizi online. Per eventuali problemi procedurali contattare il referente iscrizioni.

**Le iscrizioni termineranno GIOVEDÌ 10 NOVEMBRE alle ore 24:00,
e verranno pubblicate sul sito del CR Lazio venerdì 11 novembre**

CONFERMA ISCRIZIONI: La conferma iscrizioni dovrà essere effettuata 60’ prima dell’inizio delle gare.

PROGRAMMA TECNICO : *Esordienti : duathlon (m. 60/salto in lungo)*

duathlon (m. 60/vortex)

Ragazzi/e – 60mt/150mt/600mt/alto

Cadetti/e – 80mt/300mt/1000mt/alto

All/Jun/Sen/Mas: 100mt/400mt/1500mt/3000mt /peso

CRONOMETRAGGIO: Elettrico.

REFERENTI: *Ref. Tecnico:* Fabrizio Mirabello - mirafabri@libero.it (3282117545)

Ref. Organizzativo: Sandro Ceccacci – cp.frosinone@fidal.it (3397638952)

Ref. Iscrizioni: Stefano Troia – iscrizioni@fidallazio.it (3312475614)

PRESENTAZIONE ALLA CAMERA D'APPELLO

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. Al termine della gara lasceranno il campo uscendo dal cancello situato all'arrivo.

Dirigenti e Tecnici non saranno ammessi in nessun caso nel campo di gara.

USCITA DAL SITO DI GARA

Al termine della propria gara gli atleti dovranno lasciare l'impianto entro 30' successivi al termine della stessa.

Partecipazione: possono partecipare tutti i tesserati Fidal sia della regione Lazio che delle altre regioni.

Ogni Atleta può partecipare ad un massimo di 2 gare.

Costo Iscrizioni per gara : Esordienti 2,00 € (*duathlon*) – Ragazzi & Cadetti 2,00 € - Allievi/Junior/Senior/Master 3,00 €

In ogni gara verranno **Premiati**

Categoria Ragazzi, Cadetti, Allievi e Junior i primi 3 Atleti

Categoria S/M (categoria unica) i primi 3 Atleti

Categoria Esordienti **Premiati** tutti gli atleti partecipanti

Note Tecniche:

Categoria ESO previsti 2 salti e 2 lanci.

Categoria Ragazzi sono previsti 4 salti.

Categoria Cadetti sono previsti 6 salti.

Allievi/Assoluti/Master : 6 lanci.

Nel Peso gli atleti gareggeranno con l'attrezzo di categoria. **E' obbligatorio l'utilizzo di un attrezzo personale**

Progressione Salto in alto

Ragazzi / e: 1.00 – 1.10 – 1.15. - 1.20 – 1.25 – 1.28 – 1.31 – 1.34 – 1.37 – 1.40 – 1.43 – 1.46 – 1.48 e avanti di due

Ce/Ci : 1,20 – 1,30 - 1,35 – 1,40 – 1,45 – 1,48 – 1,51 – 1,54 – 1,57 – 1,60 – 1,62 -1,64 – 1,66 e avanti di due

Programma Orario

ORE 13.00 RITROVO GIURIE E CONCORRENTI

ORARIO	CORSE	SALTI	SALTI	LANCI
14.00	60 ESO 10 F			
14.15	60 ESO 10 M		LUNGO ESO 10 F	
14.30	60 ESO 8 F			VORTEX ESO 10 F
14.40	60 ESO 8 M	Alto Re/Ri		
14.50	60 ESO 6 F		LUNGO ESO 10 M	
15.00	60 ESO 6 M			VORTEX ESO 10 M
15.10	60 Re			
15.25	60 Ri		LUNGO ESO 8/6 F	VORTEX ESO 8/6 F
15.40	150 Re	Alto Ce/Ci		
15.55	150 Ri		LUNGO ESO 8/6 M	VORTEX ESO 8/6 M
16.10	80 Ce			
16.25	80 Ci			
16.40	100 <i>All/Jun/Sen/Mast</i>			Peso A/J/S - M/F
16.55	300 Ce			
17.10	300 Ci			
17.25	400 <i>All/Jun/Sen/Mast</i>			
17.40	600 Re			
17.55	600 Ri			
18.10	1000 Ce			
18.20	1000 Ci			
18.30	1500 <i>All/Jun/Sen/Mast</i>			
18.50	3000 <i>All/Jun/Sen/Mast</i>			

Nota Bene: Il programma orario potrebbe subire variazioni in base al numero degli iscritti. Tali variazioni saranno comunicate sul campo dal delegato tecnico.