

## CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI SU PISTA ALLIEVI/E

Cosenza, 22/23 Settembre 2012

1. Il Comitato Regionale Fidal indice ed il CP Fidal di Cosenza organizza i Campionati Regionali Individuali su pista per la categoria Allievi/e maschile e femminile.

### 2. PROGRAMMA TECNICO

**ALLIEVI 1^ GIORNATA:** 100 mt – 400 mt – 1500 mt – 2000 st – 110 hs – Marcia – Asta – Triplo – Disco - Giavellotto

**ALLIEVI 2^ GIORNATA:** 200 mt – 800 mt – 3000mt – 400 hs – Alto – Lungo – Peso - Martello

**ALLIEVE 1^ GIORNATA:** 100 mt – 400 mt – 1500 mt – 2000 st – 100 hs – Marcia – Alto – Triplo – Peso - Martello

**ALLIEVE 2^ GIORNATA:** 200 mt – 800 mt – 3000mt – 400 hs – Asta – Lungo – Disco - Giavellotto

### GARE DI CONTORNO

22/9/2012 Esordienti A M/F: 50-lungo-vortex

22/9/2012 Ass/Ama/Master M: 100 mt – 400 mt – 1500 mt – 110 hs – Triplo – Disco - Giavellotto

22/9/2012 Ass/Ama/Master F: 100 mt – 400 mt – 1500 mt – 100 hs – Alto – Peso - Martello

23/9/2012 Ragazzi/e: 60 mt – 1000 mt – Lungo – Peso

23/9/2012 Ass/Ama/Master M: 200 mt – 800 mt – 3000 mt - 400 hs – Lungo – Peso - Martello

23/9/2012 Ass/Ama/Master F: 200 mt – 800 mt – 3000 mt - 400 hs – Lungo – Disco - Giavellotto

Gli atleti Junior, Pro/Sen/Ama e Master gareggeranno nei lanci ed ostacoli con attrezzi della propria categoria

### 3. NORME DI PARTECIPAZIONE

Ciascuna Società potrà partecipare con un numero illimitato di atleti/e ed ogni atleta potrà partecipare a due gare.

Gli atleti/e che partecipano ad una gara superiore od uguale ai mt 1000 possono prendere parte nello stesso giorno solare anche ad un'altra gara con esclusione delle gare superiori ai mt 200.

### 4. ISCRIZIONI

Le iscrizioni, complete del numero di pettorale per la gara, potranno essere effettuate esclusivamente online collegandosi al sito [www.fidal.it](http://www.fidal.it) alla pagina dei servizi online fino ai 3 giorni precedenti la manifestazione.

Sul sito regionale [www.fidalcablabria.it](http://www.fidalcablabria.it), nello spazio dedicato alle iscrizioni online, sarà comunicato il periodo di inizio e chiusura delle iscrizioni per ciascuna manifestazione. Inoltre, nella sezione Documenti/Normative è pubblicata una breve guida per le iscrizioni online con la modalità da utilizzare per l'indicazione del pettorale di gara per ogni atleta che verrà iscritto.

**E' previsto il pagamento della tassa di iscrizione di euro 0,50 per ogni atleta/gara iscritto entro i termini di chiusura iscrizione. Superato il termine di chiusura iscrizione, è possibile iscrivere atleti "fuori termine", entro l'orario di riunione giuria e concorrenti, versando l'ammenda di euro 5,00 ad atleta più 0,50 ad ogni gara.**

**Per gli atleti "fuori regione" è prevista una tassa di iscrizione di euro 3,00 a gara entro i termini di chiusura iscrizione. Per eventuali iscrizioni "fuori termine" ed entro l'orario di riunione giuria e concorrenti, sarà versata l'ammenda di euro 5,00 ad atleta più 3,00 euro ad ogni gara.**

**Il Comitato regionale provvederà, a chiusura iscrizioni, a trattenere dal conto online di ogni società iscritta la somma dovuta.**

Per quanto non contemplato nel presente regolamento si rimanda alle "Norme Generali".

## PROGRAMMA ORARIO

22 SETTEMBRE 2012 COSENZA

Ore 15.30 Riunione Giuria e Concorrenti

Ore 16.00

Ore 16.20 110 hs Avi+M

Ore 16.25 100 hs Ave+F

Ore 16.30 50 mt EM+EF

Ore 16.40 400 mt Avi+M

Ore 16.50 400 mt Ave+F

Ore 17.00 1500 mt Avi+M

Ore 17.10 1500 mt Ave+F

Ore 17.20 100 mt Avi+M

Ore 17.30 100 mt Ave+F

Ore 17.40 Marcia Km 5 Avi-Ave

Ore 18.10 2000 siepi Avi

Ore 18.20 2000 siepi Ave

Campo Comunale di Atletica Leggera San Vito

Alto Ave+F Martello Ave+F

Asta Avi Disco Avi+M

Lungo EM+EF Peso Ave+F  
Triplo Ave

Vortex EM+EF

Triplo Avi+M Giavellotto Avi+M

23 SETTEMBRE 2012 COSENZA

Ore 09.30 Riunione Giuria e Concorrenti

Ore 09.50

Ore 10.00 3000 mt Avi+M

Ore 10.20 3000 mt Ave+F

Ore 10.35 400 hs Avi+M

Ore 10.40 400 hs Ave+F

Ore 10.45 60 mt RM+RF

Ore 10.55 800 mt Avi+M

Ore 11.00 800 mt Ave+F

Ore 11.05 1000 mt RM+RF

Ore 11.10 200 mt Avi+M

Ore 11.20 200 mt Ave+F

Campo Comunale di Atletica Leggera San Vito

Alto Avi Martello Avi+M

Asta Ave Disco Ave+F

Lungo Avi+M Peso Avi+M

Lungo RM+RF Peso RM+RF

Lungo Ave+F Giavellotto Ave+F

*Il Programma Orario può essere modificato in base al numero degli atleti partecipanti.*