FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale CALABRIA

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI ASSOLUTI SU PISTA – PREMIO BRUNO AMBUSTO
GARE EXTRA RAGAZZI/E-CADETTI/E
Siderno, 13/14 luglio 2019

1. Il Comitato Regionale Calabro Fidal organizza i Campionati Regionali Individuali Assoluti maschile e femminile e delle gare riservata alle categorie giovanili.

2. PROGRAMMA TECNICO

ASSOLUTO MASCHILE
1^ GIORNATA: 100 m. – 400 m. – 1500 m. – 3000 st – 110 hs - Marcia – Asta – Triplo – Disco - Giavellotto
2^ GIORNATA: 200 m. – 800 m. – 5000 m. – 400 hs – Alto – Lungo – Peso - Martello

ASSOLUTO FEMMINILE
1^ GIORNATA: 100 m. – 400 m. - 1500 m. – 3000 st – 100 hs – Marcia – Alto – Triplo – Peso - Martello
2^ GIORNATA: 200 m. – 800 m. – 5000 m. – 400 hs - Asta – Lungo - Disco - Giavellotto

La gara di Asta Maschile e Femminile verrà svolta venerdì 12 luglio a Reggio Calabria

1^ GIORNATA CADETTI: 80 m. - Lungo - Peso - Marcia
2^ GIORNATA CADETTI: 300 m. - Alto - Triplo – Giavellotto

1^ GIORNATA CADETTE: 80 m - Alto - Marcia - Giavellotto
2^ GIORNATA CADETTE: 300 m. - Triplo

1^ GIORNATA RAGAZZI/E: Marcia - Giavellotto
2^ GIORNATA RAGAZZI/E: 60hs – 1000m
2^ GIORNATA ESORDIENTI M/F 10: 50m
2^ GIORNATA ESORDIENTI M/F 8: 40m

3. NORME DI PARTECIPAZIONE CRI ASSOLUTI

Ciascuna Società può partecipare con un numero illimitato di atleti delle categorie Allievi, Juniores, Promesse e Seniores. Per la partecipazione degli altri atleti stranieri si rimanda alle Disposizioni Generali.
Ogni atleta può prendere parte ad un massimo di due gare individuali. Gli atleti/e che partecipano ad una gara di corsa o marcia superiore od uguale ai m. 1000 possono prendere parte nello stesso giorno solare anche ad un'altra gara con esclusione delle gare di corsa, marcia o frazioni di staffetta superiori ai m. 400.
Nella Marcia e nei m. 5000 è data la facoltà al Comitato Regionale di far gareggiare insieme uomini e donne.
Tutte le gare di corsa devono essere disputate a "serie"; i concorsi con eliminatorie e finali.
Ai fini della composizione delle "serie", vengono prese in considerazione anche le prestazioni dell'anno precedente.
Le finali dei concorsi vengono disputate da otto atleti/e. L'assegnazione delle corsie deve essere effettuata con sorteggio casuale.
Il Delegato Tecnico designato è responsabile della composizione di tutte le serie, nonché della progressione dei salti in elevazione tenendo conto delle misure di iscrizione.
All'atleta che nella prova regionale, prende parte a più del numero di gare previste vengono annullati, a tutti gli effetti, i risultati ottenuti nelle gare eccedenti in ordine di orario.

4. NORME DI PARTECIPAZIONE CADETTI/E-RAGAZZI/E

Ciascuna Società potrà partecipare con un numero illimitato di atleti/e. Gli atleti/e potranno partecipare a due gare, staffetta compresa. Gli atleti/e che partecipano ad una gara di corsa o marcia superiore od uguale ai m. 1000 possono prendere parte nello stesso giorno solare anche ad un'altra gara con esclusione delle gare di corsa, marcia o frazioni di staffetta superiori ai m. 400.

5. ISCRIZIONI

Le iscrizioni, complete del numero di pettorale per la gara (che va segnalato nella maschera di iscrizione di ogni singolo atleta nel campo "note"), potranno essere effettuate esclusivamente online collegandosi al sito www.fidal.it alla pagina dei servizi online fino al 11 luglio.
E' previsto il pagamento della tassa di iscrizione di euro 1,00 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 + 1,00 a gara.
Il Comitato Regionale provvederà, a conclusione della manifestazione, a trattenere dal conto online di ogni società della Regione iscritta la somma dovuta.

6. PREMIO BRUNO AMBUSTO
In memoria del compianto Bruno Ambusto verrà assegnato un premio alla miglior prestazione tecnica tabellare tra le gare assolute maschile e femminile.

7. COMUNICAZIONI
Si raccomanda alle Società che i numeri di pettorale indicati in fase di iscrizione corrispondano esattamente al numero portato dall'atleta al momento della gara. Per quanto non contemplato nel presente regolamento si rimanda alle "Norme Generali".

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI PENTATHLON MASTER
Siderno, 14 luglio 2019

1. Il Comitato Regionale organizza i Campionati Regionali Individuali di Pentathlon Lanci Master.

2. PROGRAMMA TECNICO
Pentathlon lanci: Martello – Peso - Disco – Giavellotto – Martello con maniglia corta

3. NORME DI PARTECIPAZIONE
Ciascuna Società potrà partecipare con un numero illimitato di atleti/e.

4. ISCRIZIONI
Le iscrizioni, complete del numero di pettorale per la gara (**che va segnalato nella maschera di iscrizione di ogni singolo atleta nel campo "note"**), potranno essere effettuate esclusivamente online collegandosi al sito www.fidal.it alla pagina dei servizi online fino al 11 luglio.
E' previsto il pagamento della tassa di iscrizione di euro 1,00 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 + 1,00 a gara.
Il Comitato Regionale provvederà, a conclusione della manifestazione, a trattenere dal conto online di ogni società della Regione iscritta la somma dovuta.
PER GLI ATLETI FUORI REGIONE CHE SI ISCRIVERANNO ONLINE ENTRO IL 11 LUGLIO, LA TASSA DI ISCRIZIONE PREVISTA E' DI 10 EURO.

5. COMUNICAZIONI
Si raccomanda alle Società che i numeri di pettorale indicati in fase di iscrizione corrispondano esattamente al numero portato dall'atleta al momento della gara.

CAMPIONATO REGIONALE DI STAFFETTE ESO/RAG/CAD
Siderno, 14 luglio 2019

1. Il Comitato Regionale indice ed organizza i Campionati Regionali di Staffette riservato alle categorie Esordienti, Ragazzi, Cadetti maschile e femminile.

2. PROGRAMMA TECNICO
ESORDIENTI10 (08-09) M/F: 4x50 (senza vincolo zona cambio)
RAGAZZI/E: 4x100 (senza vincolo zona cambio) – 3x800
CADETTI/E: 4x100 – 3x1000

3. NORME DI PARTECIPAZIONE
Ogni Società potrà partecipare con un numero illimitato di staffette. Ogni atleta potrà partecipare a due staffette. Ogni atleta, comprese le gare di contorno previste nella seconda giornata, potrà partecipare a due gare, staffette comprese.
La Società vincitrice di ogni staffetta verrà proclamata "Campione Regionale di Staffetta 2019"

4. ISCRIZIONI
Le iscrizioni, complete del numero di pettorale per la gara (che va segnalato nella maschera di iscrizione di ogni singolo atleta nel campo "note"), potranno essere effettuate esclusivamente online collegandosi al sito www.fidal.it alla pagina dei servizi online entro il 11 luglio.
E' previsto il pagamento della tassa di iscrizione di euro 1,00 per ogni atleta/gara iscritto entro i termini di chiusura iscrizione.
Superato il termine di chiusura iscrizione, è possibile iscrivere staffette "fuori termine", entro l'orario di riunione giuria e concorrenti, versando l'ammenda di euro 5,00 ad atleta + 2,00 a staffetta.
Il Comitato Regionale provvederà, a conclusione della manifestazione, a trattenere dal conto online di ogni società della Regione iscritta la somma dovuta.

5. COMUNICAZIONI
Si raccomanda alle Società che i numeri di pettorale indicati in fase di iscrizione corrispondano esattamente al numero portato dall'atleta al momento della gara.
Per quanto non contemplato nel presente regolamento si rimanda alle "Norme Generali".

PROGRAMMA ORARIO

12 LUGLIO 2019 REGGIO CALABRIA Campo Rione Modena
Ore 18.00 Riunione Giuria e Concorrenti
Ore 18.40 Asta M-F

13 LUGLIO 2019 SIDERNO Stadio Raciti

Ore 16.00	Riunione Giuria e Concorrenti					
Ore 16.45			Alto	F+CF	Martello	F
Ore 17.00	110 hs	M				
Ore 17.10	100 hs	F				
Ore 17.20	400 m.	M			Disco	M
Ore 17.30	400 m.	F	Triplo	M+F		
Ore 17.40	1500 m.	M				
Ore 17.50	1500 m.	F				
Ore 18.00	80 m.	CM			Peso	F+CM
Ore 18.10	80 m.	CF				
Ore 18.20	100 m.	M	Lungo	CM		
Ore 18.30	100 m.	F				
Ore 18.40	Marcia Km 10-5-3-2	M+F+CM+CF+RM+RF			Giavellotto	M+CF+RM+RF
Ore 18.40						
Ore 19.50	3000 siepi	M				
Ore 20.10	3000 siepi	F				

14 LUGLIO 2019 SIDERNO Stadio Raciti

Ore 15.00	Riunione Giuria e Concorrenti Martello e Pentathlon Lanci					
Ore 15.40					Martello	M+Pentalanci MM+MF
Ore 15.50	Riunione Giuria e Concorrenti altre gare					
Ore 16.30	400 hs	M	Alto	M+CM	Peso	M+Pentalanci MM+MF
Ore 16.35	400 hs	F				
Ore 16.40	800 m.	M				
Ore 16.50	800 m.	F				
Ore 17.00	300 m	CM				
Ore 17.10	300 m	CF				
Ore 17.20	1000 m.	RM+RF	Lungo	M+F+CM	Disco	F+Pentalanci MM+MF
Ore 17.30	200 m.	M				
Ore 17.40	200 m.	F				
Ore 17.50	50 m.	Eso10 M/F				
Ore 18.00	40 m.	Rso 8 M/F				
Ore 18.15	60 HS	RM			GiavellottoF+CM+Pentalanci MM+MF	
Ore 18.20	60 HS	RF	Triplo	CM+CF		
Ore 18.30	4X50	EM+EF				
Ore 18.40	4x100	CM				
Ore 18.50	4x100	CF				
Ore 19.00	4x100	RM				
Ore 19.10	4x100	RF			Martellone	Pentalanci MM+MF
Ore 19.20	3x1000	CM+CF				
Ore 19.35	3x800	RM+RF				
Ore 19.45	5000 m.	M/F				

Il Programma Orario può essere modificato, a chiusura iscrizioni, sulla base del numero degli atleti iscritti.
Eventuali variazioni di orario saranno pubblicate sul sito federale, unitamente agli iscritti.