

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI MASTER SU PISTA
Siderno, 15/16 ottobre 2016

1. La Fidal indice ed il Comitato Regionale Calabro organizza i Campionati Regionali di Società su pista Master.

2. PROGRAMMA TECNICO

MASTER MASCHILE 1^ GIORNATA: 100 m. – 400 m. – 1500 m. – 10000 m. – 3000 st (35-59) – 2000 st (60 ed oltre) – 110 hs (35-49) – 100 hs (50-69) – 80 hs (70 ed oltre) - Marcia - Asta – Triplo – Disco – Giavellotto – Martello con maniglia corta

MASTER MASCHILE 2^ GIORNATA: 200 m. – 800 m. – 5000 m. - 400 hs (35/59) – 300 hs (60/79) - 200 hs (80 ed oltre) – Alto – Lungo Peso – Martello

MASTER FEMMINILE 1^ GIORNATA: 100 m. – 400 m. - 1500 m. - 2000 st - 100 hs (35/39) – 80 hs (40 ed oltre) – Marcia – Alto – Triplo – Peso - Martello

MASTER FEMMINILE 2^ GIORNATA: 200 m. – 800 m. – 5000 m. – 400 hs (35/49) – 300 hs (50/69) - 200 hs (70 ed oltre) – Asta – Lungo – Disco – Giavellotto - Martello con maniglia corta

3. NORME DI PARTECIPAZIONE

Ciascuna Società può partecipare con un numero illimitato di atleti/e italiani ed “italiani equiparati” della categoria Master e di squadre di staffetta per ogni gara inclusa nel programma tecnico.

Ogni atleta nel complesso delle giornate di gara può partecipare ad un massimo di tre gare individuali più una staffetta, oppure a due gare Individuali più due staffette, fermo restando che ciascun atleta non può prendere parte a più di due gare per giornata.

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.

4. NORME TECNICHE

Le gare di corsa sono disputate a serie e composte sulla base delle prestazioni ottenute nell'anno precedente e corrente da ciascun atleta.

Nei lanci, nel lungo e nel triplo sono previste tre prove per ogni atleta e tre prove di finale alla quale accedono i primi 6 atleti/e delle eliminatorie, per ciascuna fascia d'età.

Per gli attrezzi e le progressioni dei salti in elevazione si fa riferimento alle specifiche tabelle.

La fascia d'età di appartenenza della staffetta viene determinata al momento della conferma iscrizioni. La staffetta stessa è collocata nella fascia d'età risultante dalla media d'età dei componenti la staffetta stessa.

Un atleta che venga iscritto a più di tre gare individuali, verranno depennate d'ufficio le gare eccedenti e dovrà disputare le prime tre in ordine d'orario. Nel caso che partecipi a più di tre gare individuali e una staffetta vengono annullati, a tutti gli effetti, i risultati delle gare ultime in ordine d'orario.

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 13 ottobre.

E' previsto il pagamento della tassa di iscrizione di euro 0,50 per ogni atleta 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 + 0,50 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. 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.

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI SU PISTA JUNIOR E PROMESSE M/F
Siderno, 15/16 ottobre 2016

1. La Fidal indice ed il Comitato Regionale Calabro organizza i Campionati Regionali Individuali su pista riservati alle categorie Junior e Promesse maschile e femminile.

La manifestazione è aperta anche alla partecipazione degli allievi/e e senior m/f che gareggeranno con attrezzi e ostacoli della propria categoria.

2. PROGRAMMA TECNICO

JUNIOR E PROMESSE 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

Gli Juniores uomini utilizzano gli attrezzi previsti per la propria categoria

JUNIOR E PROMESSE 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

3. NORME DI PARTECIPAZIONE

Ciascuna Società può partecipare con un numero illimitato di atleti/e italiani e atleti stranieri della categoria Junior e Promesse che si trovano nelle condizioni indicate al punto 4.2 delle Disposizioni Generali, che concorreranno all'assegnazione del titolo individuale, per ogni gara inclusa nel programma tecnico.

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.

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 13 ottobre.

E' previsto il pagamento della tassa di iscrizione di euro 0,50 per ogni atleta 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 + 0,50 a gara.

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

15 OTTOBRE		SIDERNO	Stadio Raciti			
Ore 15.00	Riunione Giuria e Concorrenti					
Ore 15.30	110 hs	M+MM	Alto	F+MF	Martello	F+MF
Ore 15.40	100 hs	F+MF+MM	Asta	M+MM		
Ore 15.45	80 hs	MF+MM				
Ore 15.50	400 m.	M+MM				
Ore 16.00	400 m.	F+MF			Disco	M+MM
Ore 16.10	1500 m.	M+MM				
Ore 16.10	1500 m.	F+MF				
Ore 16.20	100 m.	M+MM	Triplo	M+MM+F+MF		
Ore 16.30	100 m.	F+MF			Peso	F+MF
Ore 16.40	Marcia Km 10	M+F				
Ore 16.40	Marcia Km 5	MF+MM				
Ore 17.00					Giavellotto	M+MM
Ore 17.40	10000 m.	MM			Martellone	MM
Ore 18.10						
Ore 18.40	3000 siepi	M+MM				
Ore 18.55	3000 siepi	F				
Ore 19.10	2000 siepi	MF+MM				

16 OTTOBRE	SIDERNO	Stadio Raciti				
Ore 09.30	Riunione Giuria e Concorrenti					
Ore 10.00	5000 m.	M+MM+F+MF	Alto	M+MM	Martello	M+MM
Ore 10.30	400 hs	M+MM	Asta	F+MF	Disco	F+MF
Ore 10.40	400 hs	F+MF				
Ore 10.45	300 hs	MM+MF	Lungo	M+MM		
Ore 10.50	200 hs	MM+MF			Peso	M+MM
Ore 11.00	800 m.	M+MM				
Ore 11.10	800 m.	F+MF				
Ore 11.20	200 m.	M+MM	Lungo	F+MF	Martellone	MF
Ore 11.30	200 m.	F+MF				
Ore 11.40					Giavellotto	F+MF

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