



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Regionale Calabro

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI MASTER SU PISTA

Siderno, 21/22 Maggio 2014

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 – 4x100

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 – 4x400

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 – 4x100

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 – 4x400

3. NORME DI PARTECIPAZIONE

Ciascuna Società può partecipare con un numero illimitato di atleti/e italiani e stranieri della categoria Master e 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 e marcia superiori ai m. 200.

4. NORME TECNICHE

Le gare di corsa sono disputate a serie e composte sulla base delle prestazioni ottenute nell'anno 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 ai 3 giorni precedenti la manifestazione.

Sul sito regionale www.fidalcalabria.it, nello spazio dedicato alle iscrizioni online, sarà comunicato il periodo di inizio e chiusura delle iscrizioni per ciascuna manifestazione.

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.

Per gli atleti "fuori regione" è prevista una tassa di iscrizione di **euro 10,00** 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 per ogni atleta di euro 5,00 + 10,00 a gara. Le Società di altra regione, dovranno provvedere al relativo pagamento della tassa di iscrizione gara direttamente sul campo.

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.



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Regionale Calabro

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI SU PISTA JUNIOR E PROMESSE M/F
Siderno, 21/22 Maggio 2014

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 della categoria Junior e Promesse e atleti stranieri Promesse e Junior 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 e marcia superiori ai m. 200.

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 ai 3 giorni precedenti la manifestazione.

Sul sito regionale www.fidalcalabria.it, nello spazio dedicato alle iscrizioni online, sarà comunicato il periodo di inizio e chiusura delle iscrizioni per ciascuna manifestazione.

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.

Per gli atleti "fuori regione" è prevista una tassa di iscrizione di **euro 10,00** 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 per ogni atleta di euro 5,00 + 10,00 a gara. Le Società di altra regione, dovranno provvedere al relativo pagamento della tassa di iscrizione gara direttamente sul campo.

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".



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Regionale Calabro

PROGRAMMA ORARIO

21 MAGGIO 2014	SIDERNO	Stadio Comunale Raciti		
Ore 15.00	Riunione Giuria e Concorrenti			
Ore 15.30		Alto	F+MF+ CM+CF	Martello F+MF
Ore 15.50	110 hs			
Ore 16.00	100 hs	Asta	M+MM	Martellone MM
Ore 16.10	80 hs			
Ore 16.20	50 m			
Ore 16.30	80 m			Disco M+MM
Ore 16.40	400 m.			
Ore 16.50	400 m.	Triplo	M+MM F+MF	
Ore 17.00	1500 m.			Peso F+MF
Ore 17.10	1500 m.			
Ore 17.20	100 m.	Lungo Eso ABC M+F		
Ore 17.30	100 m.			Giavellotto M+MM+ RM+RF
Ore 17.40	Marcia Km 10			
Ore 17.40	Marcia Km 5	Lungo RM+RF		
Ore 17.40	Marcia Km 3-2-1			
Ore 18.10				Vortex Eso ABC M+F
Ore 18.30	10000 m.			
Ore 19.20	4x100			
Ore 19.30	4x100			
Ore 19.40	3000 siepi			
Ore 19.55	3000 siepi			
Ore 20.10	2000 siepi			

22 MAGGIO 2014	SIDERNO	Stadio Comunale Raciti		
Ore 16.00	Riunione Giuria e Concorrenti			
Ore 16.30		Alto	M+MM	Martello M+MM+ CM+CF
Ore 16.50	400 hs	Alto	Eso A+RAG M+F	
Ore 17.00	400 hs			Disco F+MF
Ore 17.10	300 hs	Asta	F+MF	
Ore 17.20	200 hs	Lungo	M+MM+ CM	Peso M+MM+ RM+RF
Ore 17.25	300 m			
Ore 17.35	60 m			
Ore 17.45	800 m.			
Ore 17.50	800 m.			Martellone MF
Ore 18.00	200 m.			
Ore 18.10	200 m.	Lungo	F+MF+ CF	Giavellotto F+MF
Ore 18.20	600 m			
Ore 18.30	1000 m			
Ore 18.40	1000 m			
Ore 18.50	5000 m.			
Ore 19.20	4x400			
Ore 19.30	4x400			

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

In rosso le gare previste per i Camp.Provinciali Individuali Rag/Eso e gare extra Cadetti/e