



L'Atletica Capanne Pro-LoCo Athletic Team organizza il 3° CRITERIUM NAZIONALE CSEN "OPEN" di ATLETICA LEGGERA INDOOR **DOMENICA 14 DICEMBRE 2025** **ANCONA - PALACASALI**

PROGRAMMA GARE:

A.J.P.S. M/F 60 - 600 - lungo - asta
CADETTI/E 60 - 200 - 600 - lungo - 4x200
RAGAZZI/E 60 - 200 - alto - 4x200
ESO 10 M/F 50 - 200 - lungo
ESO 8 M/F 50 - 200 - lungo
ESO 5 M/F 50 - 200



REGOLAMENTO

Per il Criterium Nazionale CSEN "OPEN" indoor, inserito nel Calendario della FIDAL, sono ammessi a partecipare tutti i tesserati FIDAL e CSEN. Ogni atleta può partecipare a due gare più staffetta. **Tassa Atleta/Gara: Es. €3 - Rag. €4 - Cad. €5 - Ass. €7 - Staff. €7 - Verranno accettate iscrizioni in ritardo al doppio della tassa.**

TESSERATI FIDAL: Iscrizione on-line sul sito FIDAL entro Giovedì 11 Dicembre ore 24.00
Iban: IT87G0200803029000401115247
Intestato a: Atl. Capanne ProLoCo Athletic Team Perugia
TESSERATI SOLO CSEN: inviare e-mail a ariannamencaroni86@yahoo.it

Sauro Mencaroni - Referente Nazionale Organizzativo Csen - Tel.347.4416086
Salvatore Nicosia - Referente Naz.le CSEN Settore Atletica Leggera - Tel.338.9134354
Achille De Spirito - Supervisore Naz.le CSEN Tel.333.3602574

PREMI

Saranno premiati i **primi 6** delle categorie Esordienti e Ragazzi e i **primi 3** delle categorie Cadetti, Allievi e JPS (che gareggiano assieme). Medaglia di partecipazione per tutti gli Esordienti. **Saranno premiate solo le prime tre staffette.** Coppa alla società con il maggior numero di partecipanti e Trofeo di qualità assegnando in tutte le gare 8 punti al primo, 7 al secondo, etc... fino all'ottavo class. che prenderà 1 punto. **Coppa miglior prestazione M/F cat. CADETTI. Premio speciale per chi farà una miglior prestazione italiana.**

PROGRAMMA ORARIO: (Cronometraggio elettrico)

09:00 RITROVO GIURIE E CONCORRENTI (ESO 5 - ESO 8 - ESO 10)						
	ESO 5	ESO 8	ESO 10	RAG	CAD	ASS
09:15		LUNGO(M) 2PED	50 M			
09:35			50 F			
10:10	50 M	LUNGO(F) 2PED				
10:30	50 F					
10:45		50 M				
11:10		50 F	LUNGO (M)			
11:35	200 M			ALTO M/F		
12:10	200 F		LUNGO (F)			ASTA
12:30		200 M				
12:50		200 F				
13:10			200 M			
13:35			200 F			
13:45 RITROVO GIURIE E CONCORRENTI (CADETTI/E - ASSOLUTIV/E)						
14:00				60 M		LUNGO M
14:30				60 F		
15:00					60 M	LUNGO F
15:20					60 F	
15:40						60 M
16:00					LUNGO M	60 F
16:30			200 M			
17:00			200 F		LUNGO F	
17:30					200 M	
17:50					200 F	
18:15						600 M
18:45						600 F
19:05					600 M	
19:20					600 F	
19:35			4x200 M			
19:50			4x200 F			
20:15					4x200 M	
20:30					4x200 F	



3° CRITERIUM NAZIONALE CSEN "OPEN" di ATLETICA LEGGERA INDOOR

DOMENICA 14 DICEMBRE 2025
PalaCasali Ancona

ORARIO DEFINITIVO DOPO CHIUSURA ISCRIZIONI

UOMINI			DONNE	
INIZIO CONSEGNA BUSTE			INIZIO CONSEGNA BUSTE	
Lungo M8 (2 ped.)	50 M10	7.45		
		9.15		
		9.35	50 F10	
	50M5	10.10		Lungo F8 (2 ped.)
		10.35	50 F5	
	50M8	10.50		
Lungo M10 (2 ped.)		11.10	50 F8	
Alto RM (Ped. A)	200 M5	11.40		Alto RF (Ped. B)
		12.00	200 F5	Lungo F10 (2 ped.)
Asta	200 M8	12.15		Asta
		12.30	200 F8	
	200 M10	12.45		
		13.05	200 F10	
Lungo SM	60 RM	14.00		
		14.40	60 RF	
		15.00		Lungo SF
	60 CM	15.30		
		15.50	60 CF	
Lungo CM	60 SM (Batterie	16.15		
		16.45	60 SF (Batterie)	
	60 SM Finale	17.00		
		17.05	60 SF Finale	
	200 RM	17.15		
		17.30		Lungo CF (2 Ped.)
		17.40	200 RF	
	200 CM	18.20		
		18.45	200 CF	
	600 SM	19.05		
		19.20	600 SF	
	600 CM	19.25		
		19.35	600 CF	
	4X200 RM	19.45		
		20.00	4X200 RF	
	4X200 CM	20.20		
		20.30	4X200 CF	



Lungo ESORDIENTI gruppi divisi in ordine di società, due tentativi a testa.

Progressioni 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 poi +2

Asta Assoluti: 2,20 2,40 2,60 2,80 3 00 poi +10 fino a 4,00 poi + 5

Iscrizioni chiuse, sarà possibile iscriversi sul posto entro 90 min dalla gara con ammenda tramite modulo.