



FEDERAZIONE ITALIANA  
DI ATLETICA LEGGERA

**Comitato Regionale LAZIO**

**DISPOSITIVO TECNICO – ORGANIZZATIVO**

## **CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI INDOOR**

**All/Jun/Pro/Sen**

*Casal del Marmo (Roma), Sabato e Domenica 30/31 Gennaio 2016*

### **VARIAZIONE PROGRAMMA ORARIO**

**ORGANIZZAZIONE:** COMITATO REGIONALE FIDAL LAZIO – Via Flaminia Nuova, 830 - 00191 – Roma  
Tel: 06.33221775 – Email: [tecnico.lazio@fidal.it](mailto:tecnico.lazio@fidal.it)

**IMPIANTO LUOGO GARA:** Centro Sportivo Polizia Penitenziaria - CASAL DEL MARMO - Pistino Indoor.  
Via Giuseppe Barellai, 140 - Roma

**GARA ONLINE:** CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI INDOOR – All/Jun/Pro/Sen – 30/31 Gennaio 2016.  
Riferimento per le iscrizioni online **ID 609991** – primo campo a sinistra che ordina l'elenco delle gare disponibili.

**ISCRIZIONI:** Le iscrizioni potranno essere effettuate esclusivamente Online attraverso il sito federale nella sezione Servizi Online. Per eventuali problemi e informazioni procedurali contattare il referente iscrizioni telefonicamente. **Le iscrizioni termineranno Giovedì 28 Gennaio 2016 alle ore 24:00.**

**PUBBLICAZIONE** l'elenco degli iscritti sarà pubblicato Venerdì 29 Gennaio 2016 sul sito Regionale, dopo le  
**ISCRIZIONI:** ore 15:00. Raccomandiamo a tutti di verificare l'esattezza delle operazioni di iscrizione svolte online.

**CONFERMA ISCRIZIONI:** entro 60' prima dell'inizio della gara: **le tasse di iscrizione si pagano in base agli iscritti per le categorie C/A/J/P/S/Mas; per le categorie Esordienti e Ragazzi/e si pagano in base ai confermati; il pagamento avverrà in sede di conferma iscrizioni, a cura di un dirigente della società; in caso di mancato pagamento, l'importo potrà essere saldato presso la sede del Comitato Regionale entro 7 giorni, trascorsi i quali verrà scalato direttamente dal conto on-line; per gli atleti fuori regione il pagamento potrà essere effettuato esclusivamente sul posto.**  
**Le iscrizioni sul posto si possono effettuare entro le 2h dal ritrovo, al costo di € 5,00.**

**REFERENTI:** **Ref. Organizzativo:** Valerio Viola – cell. 339.1120556  
**Ref. Tecnico:** Flavio Rambotti – cell. 393.9860593  
**Ref. Iscrizioni:** Luigi Botticelli – cell. 335.7624042 – Email: [botticelli@fidallazio.it](mailto:botticelli@fidallazio.it)

**PROGRAMMA TECNICO:** 60mt, 60Hs, Alto, Asta, Lungo, Triplo, Peso

**PREMIAZIONI:** Verranno premiati i primi 3 atleti/e classificati di ogni gara e per ogni categoria maschile e femminile. Al primo classificato di ogni gara verrà consegnata la maglia di Campione Regionale indoor 2016.

**REGOLAMENTI:** I regolamenti dei Campionati sono consultabili sul sito [www.fidallazio.org](http://www.fidallazio.org) sezione Calendario e Regolamenti "Campionati Regionali Individuali Indoor All/Jun/Pro/Sen" - pagina 35.



### **NORME TECNICHE**

## **CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI INDOOR**

**All/Jun/Pro/Sen**

*Casal del Marmo (Roma), Sabato e Domenica 30/31 Gennaio 2016*

**PROGRESSIONI** *Allieve:* 1.30-1.40-1.45-1.50-1.53-1.55-1.57 quindi di 2cm in 2cm

**SALTO IN ALTO** *Juniores F:* 1.40-1.45-1.50-1.55-1.61-1.64-1.67-1.70-1.72-1.74 quindi di 2cm in 2cm

*Promesse F:* .40-1.45-1.50-1.55-1.60-1.63-1.66-1.69-1.72-1.74 quindi di 2cm in 2cm

*Seniores F:* 1.40-1.45-1.50-1.55-1.60-1.63-1.66-1.69-1.72-1.74 quindi di 2cm in 2cm

*Allievi:* 1.40-1.50-1.60-1.65-1.70-1.73-1.76-1.79-1.81 quindi di 2cm in 2cm

*Juniores M:* 1.60-1.70-1.80-1.85-1.88-1.91-1.94 quindi di 3cm in 3cm

*Promesse M:* 1.60-1.70-1.80-1.85-1.88-1.92-1.95 quindi di 3cm in 3cm

*Seniores M:* 1.60-1.70-1.80-1.85-1.89-1.92-1.95 quindi di 3cm in 3cm

**PROGRESSIONI** *Allieve:* 1.80-2.00-2.20-2.40-2.55-2.70-2.80-2.90 quindi di 5cm in 5cm

**SALTO CON L'ASTA** *J/P/S:* 2.00-2.20-2.40-2.55-2.70-2.85-3.00-3.10-3.20 quindi di 5cm in 5cm

*Allievi:* 2.20-2.40-2.60-2.80 quindi di 10cm in 10cm fino a 3.90 poi di 5cm in 5cm

*J/P/S:* 2.70-3.00-3.30-3.50-3.70-3.90-4.05-4.20-4.30-4.40 quindi di 10cm in 10cm fino a 5.00 poi di 5cm in 5cm

**PESO DEGLI ATTREZZI:** Getto del peso Allievi: 5 kg  
Getto del peso Allieve: 3 kg  
Getto del peso Juniores Uomini: 6 kg  
Getto del peso Pro/Sen Uomini: 7,260 kg  
Getto del peso Jun/Pro/Sen Donne: 4 kg



FEDERAZIONE ITALIANA  
DI ATLETICA LEGGERA

**Comitato Regionale LAZIO**

**PROGRAMMA ORARIO**

## **CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI INDOOR**

All/Jun/Pro/Sen

*Casal del Marmo (Roma), Sabato e Domenica 30/31 Gennaio 2016*

<b>PROGRAMMA 1^ Giornata - RITROVO ORE 14:10</b>		
<b>ORARIO</b>	<b>GARA</b>	<b>CATEGORIA</b>
<b>15:00</b>	Salto in Lungo	Allieve + Junior F + Promesse/Senior F
<b>15:30</b>	Salto in Alto	Allieve + Junior F + Promesse/Senior F
<b>15:30</b>	Salto con l'Asta	Allievi + Junior M + Promesse/Senior M
<b>17:00</b>	Salto in Alto	Allievi + Junior M + Promesse/Senior M
<b>17:00</b>	Salto in Lungo	Allievi + Junior M + Promesse/Senior M

**NOTA BENE:** *Gli orari potranno subire variazioni in base al numero degli iscritti.*

<b>PROGRAMMA 2^ Giornata - RITROVO ORE 9:15 (Mattina)</b>		
<b>ORARIO</b>	<b>GARA</b>	<b>CATEGORIA</b>
<b>10:30</b>	Salto con l'Asta	Allieve + Junior F + Promesse/Senior F
<b>10:30</b>	Salto Triplo	Allieve + Junior F + Promesse/Senior F
<b>10:30</b>	Getto del Peso	Allieve + Junior F + Promesse/Senior F
<b>11:45</b>	Salto Triplo	Allievi + Junior M + Promesse/Senior M
<b>11:45</b>	Getto del Peso	Allievi + Junior M + Promesse/Senior M

<b>RITROVO ORE 13:45 (Pomeriggio)</b>		
<b>15:00</b>	60 m Hs (h 0.76) – batterie	Allieve
<b>15:10</b>	60 m Hs (h 0.84) – batterie	Junior F
<b>15:20</b>	60 m Hs (h 0.84) – batterie	Promesse F
<b>15:30</b>	60 m Hs (h 0.84) – batterie	Senior F
<b>15:30</b>	60 m Hs (h 0.91) – batterie	Allievi
<b>15:40</b>	60 m Hs (h 1.00) – batterie	Junior M
<b>15:50</b>	<b>60 m Hs (h 1.06) – batterie</b>	<b>Promesse/Senior</b>
<b>16:00</b>	60 m Hs (h 0.76) – <b>Finale</b>	Allieve
<b>16:10</b>	60 m Hs (h 0.84) – <b>Finale</b>	Junior F
<b>16:20</b>	60 m Hs (h 0.84) – <b>Finale</b>	Promesse F
<b>16:25</b>	60 m Hs (h 0.84) – <b>Finale</b>	Senior F
<b>16:35</b>	60 m Hs (h 0.91) – <b>Finale</b>	Allievi
<b>16:45</b>	60 m Hs (h 1.00) – <b>Finale</b>	Junior M
<b>16:55</b>	60 m Hs (h 1.06) – <b>Finale</b>	Promesse M
<b>17:00</b>	60 m Hs (h 1.06) – <b>Finale</b>	Senior M
<b>17:10</b>	60 m - batterie	Allieve
<b>17:30</b>	60 m – batterie	Junior F
<b>17:40</b>	<b>60 m – batterie</b>	<b>Promesse/Senior F</b>
<b>17:55</b>	60 m – batterie	Allievi
<b>18:20</b>	60 m - batterie	Junior M
<b>18:35</b>	<b>60 m - batterie</b>	<b>Promesse/Senior M</b>
<b>19:00</b>	60 m – <b>Finale</b>	Allieve
<b>19:10</b>	60 m – <b>Finale</b>	Junior F
<b>19:15</b>	60 m – <b>Finale</b>	Promesse F
<b>19:20</b>	60 m – <b>Finale</b>	Senior F
<b>19:25</b>	60 m – <b>Finale</b>	Allievi
<b>19:30</b>	60 m – <b>Finale</b>	Junior M
<b>19:35</b>	60 m – <b>Finale</b>	Promesse M
<b>19:40</b>	60 m – <b>Finale</b>	Senior M

**Eventuali finali extra per gli atleti fuori regione saranno possibili laddove si raggiunga un sufficiente numero di partecipanti**

**NOTA BENE: Gli orari potranno subire variazioni in base al numero degli iscritti.**