



FEDERAZIONE ITALIANA  
DI ATLETICA LEGGERA

**Comitato Regionale LAZIO**

**DISPOSITIVO TECNICO – ORGANIZZATIVO**

## **CDS su Pista Allievi/e + MARCIA CDS ASSOLUTI Variazione**

**1^ PROVA REGIONALE**

*Latina (Stadio CONI) Via Botticelli, Sabato 14 maggio 2016*

*Rieti, Stadio Raul Guidobaldi, Domenica 15 Maggio 2016*

### **CDS Cadetti – 3^ prova Variazione**

*Rieti, Stadio Raul Guidobaldi, Domenica 15 Maggio 2016*

**ORGANIZZAZIONE** COMITATO PROVINCIALE FIDAL LATINA e LT260 ASD ASI INTESA ATLETICA  
**Sabato 14 MAGGIO:** Email: [atleticalatina@gmail.com](mailto:atleticalatina@gmail.com)

**ORGANIZZAZIONE** COMITATO PROVINCIALE FIDAL RIETI - Via dello Sport, 1 – 02100 - RIETI  
**Domenica 15 MAGGIO:** **Tel e Fax.** 0746.270085/271773 - **E-mail:** milardi@hotmail.it

**IMPIANTO LUOGO GARA:** Sabato 14 Maggio – Stadio CONI Latina, Via Botticelli  
Domenica 15 Maggio Stadio “RAUL GUIDOBALDI” - Viale E.G. Duprè Theseider, 2 - RIETI

**GARA ONLINE:** CDS SU PISTA ALLIEVI/E – 1^ Prova Regionale. Riferimento per le iscrizioni online **ID610850** – primo campo a sinistra che ordina l'elenco delle gare disponibili.

CDS CADETTI - 3^ prova. Riferimento per le iscrizioni online **ID610851** – 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 12 Maggio 2016 alle ore 24:00.**

**PUBBLICAZIONE** l'elenco degli iscritti sarà pubblicato Venerdì 13 Maggio 2016 sul sito Regionale, dopo le 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 da effettuare con il tesserino FIDAL.

**PROGRAMMA TECNICO:** **ALLIEVI** **1^ giornata** = 100mt, 400mt, 1500mt, 2000st, 110Hs, 4x100mt  
Asta, Triplo, Disco, Giavellotto, Marcia 5km (pista)  
**2^ giornata** = 200mt, 800mt, 3000mt, 400Hs, 4x400mt  
Alto, Lungo, Peso, Martello

**ALLIEVE** **1^ giornata** = 100mt, 400mt, 1500mt, 2000st, 110Hs, 4x100mt  
Alto, Triplo, Peso, Martello, Marcia 5km (pista)  
**2^ giornata** = 200mt, 800mt, 3000mt, 400Hs, 4x400mt  
Asta, Lungo, Disco, Giavellotto

**ASSOLUTI U:** Marcia 10km

**ASSOLUTI D:** Marcia 5km

**CADETTI/E:** 3<sup>a</sup> giornata: 80 – 1000 – 300hs – triplo – asta – giavellotto – staffetta 100+200+300+400 - Marcia 2Km

**REFERENTI:** **Ref. Organizzativo e Tecnico Latina:** Giampiero Trivellato – cell. 338.2485.356

**Ref. Organizzativo e Tecnico Rieti:** Alberto Milardi – cell. 347.5047764

**Ref. Iscrizioni:** Luigi Botticelli – cell. 335.7624042 – EMAIL: [botticelli@fidallazio.it](mailto:botticelli@fidallazio.it)

**REGOLAMENTI:** Regolamenti Attività Estiva sul sito [www.fidallazio.org](http://www.fidallazio.org) alla pagina: 39,40,41

**la gara dei 5 e 10 km di marcia su pista valevole per la 1° Fase del CDS Assoluto sarà svolta il 14 maggio (Latina) durante la prima 1° giornata del CDS Allievi; la prova dei 5 km Allieve sarà valida sia per il CDS Allieve che per quello Assoluto.**

## **CDS su Pista Allievi/e**

**1<sup>a</sup> PROVA REGIONALE**

**PROGRAMMA ORARIO – 1<sup>a</sup> giornata**

*Latina (Stadio CONI) Via Botticelli, Sabato 14 maggio 2016*

<b>ORE 14:00 – RITROVO</b>			
<b>ORA</b>	<b>ALLIEVI</b>	<b>ALLIEVE</b>	<b><u>Assoluti U e D</u></b>
<b>15:15</b>	Salto con l'Asta	Martello - Kg.3	
<b>16:00</b>	<b>110 Hs (h 0,91)</b>		
<b>16:15</b>	Disco – Kg. 1,5	<b>100 Hs (h 0,76)</b>	
<b>16:30</b>	<b>100 mt</b>	Salto in Alto	
<b>16:55</b>	Salto Triplo	<b>100 mt</b>	
<b>17:15</b>	<b>400 mt</b>	Getto del Peso (kg. 3)	
<b>17:30</b>	Giavellotto (gr. 700)	<b>400 mt</b>	
<b>18:15</b>		Salto Triplo	
<b>17:50</b>	<b>2000 st</b>		
<b>18:05</b>		<b>2000 st</b>	
<b>18:20</b>	<b>1500 mt</b>		
<b>18:35</b>		<b>1500 mt</b>	
<b>18:45</b>	<b>Marcia – 5 Km</b>	<b>Marcia – 5 Km</b>	<b><u>Marcia 10Km U / 5Km D</u></b> <b><u>CdS Assoluti</u></b>
<b>18:50</b>	<b>4x100mt (corsie esterne)</b>		
<b>19:00</b>		<b>4x100mt (corsie esterne)</b>	

**NOTA BENE:** Gli orari potranno subire variazioni in base al numero degli iscritti, eventuali modifiche verranno comunicate nelle 24 ore successive al termine delle iscrizioni riportato sul dispositivo

# CAMPIONATO DI SOCIETA' CADETTI/E - 3^ PROVA

Rieti, Stadio "Raul Guidobaldi", Domenica 15 Maggio 2016

## PROGRAMMA ORARIO – RITROVO ORE 10:00

<b>ORA</b>	<b>CADETTI</b>	<b>CADETTE</b>
<b>11:15</b>	Salto Triplo	Asta/Giavellotto
<b>11:15</b>	Marcia 2km	Marcia 2km
<b>11:35</b>	<b>300 Hs</b>	
<b>11:55</b>		<b>300 Hs</b>
<b>12:15</b>	<b>80 mt</b>	Salto Triplo
<b>12:45</b>	Asta/Giavellotto	
<b>13:15</b>		<b>80 mt</b>
<b>13:45</b>	<b>1000 mt</b>	
<b>14:00</b>		<b>1000 mt</b>
<b>14:15</b>	<b>Staffetta 100,200,300,400</b>	
<b>14:30</b>		<b>Staffetta 100,200,300,400</b>

## CDS su Pista Allievi/e

1^ PROVA REGIONALE

Rieti, Stadio "Raul Guidobaldi", Domenica 15 Maggio 2016

## PROGRAMMA ORARIO – 2^ giornata – RITROVO ORE 14:00

<b>ORA</b>	<b>ALLIEVI</b>	<b>ALLIEVE</b>
<b>15:15</b>	Martello (Kg. 5)	Salto con l'Asta
<b>16:15</b>	<b>400 Hs (h 0,84)</b>	
<b>16:30</b>		Disco (kg.1)
<b>16:30</b>		<b>400 Hs (h 0,76)</b>
<b>16:30</b>		Salto in Lungo
<b>16:45</b>	Salto in Alto	
<b>16:50</b>	<b>200 mt</b>	
<b>17:15</b>	Getto del Peso	<b>200 mt</b>
<b>17:45</b>	<b>800 mt</b>	Giavellotto
<b>17:50</b>	Salto in Lungo	
<b>18:00</b>		<b>800 mt</b>
<b>18:20</b>	<b>3000 mt</b>	
<b>18:35</b>		<b>3000 mt</b>
<b>18:50</b>	<b>Staff. 4x400 mt</b>	
<b>19:05</b>		<b>Staff. 4x400 mt</b>

**NOTA BENE:** Gli orari potranno subire variazioni in base al numero degli iscritti, eventuali modifiche verranno comunicate nelle 24 ore successive al termine delle iscrizioni riportato sul dispositivo