

**AGGIORNAMENTO DISPOSITIVO TECNICO – ORGANIZZATIVO**  
**CAMPIONATO DI SOCIETA' SU PISTA MASTER - FASE REGIONALE**  
**+ GARA EXTRA OPEN ASSOLUTI M/F**

Colleferro, Sabato 24 e Domenica 25 Maggio 2025

<b>ORGANIZZAZIONE:</b>	RS013 Atl. Colleferro Segni
<b>IMPIANTO LUOGO GARA:</b>	Stadio Comunale “Maurizio Natali” di Colleferro, ingresso Viale Europa.
<b>GARA ONLINE:</b>	Riferimento per le iscrizioni online <b>ID639514</b> – primo campo a sinistra che ordina l’elenco delle gare disponibili.
<b>PRE-ISCRIZIONI:</b>	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. <b><i>Le iscrizioni termineranno giovedì 22 Maggio 2025 alle ore 18:00.</i></b>
<b>PUBBLICAZIONE ISCRIZIONI:</b>	I’elenco degli iscritti sarà pubblicato venerdì 23 Maggio 2025 sul sito Regionale, dopo le ore 15:00. Raccomandiamo a tutti di verificare l’esattezza delle operazioni di iscrizione svolte online.
<b>CONFERMA ISCRIZIONI:</b>	60’ prima dell’inizio della gara.
<b>ISCRIZIONI SUL POSTO:</b>	Ammesse fino a 1h prima della gara. (vedere pagamenti iscrizioni sul posto sul sito FIDALLazio, sezione Attività → Regolamenti).
<b>PAGAMENTI:</b>	Le gare extra si pagano al ritiro dell’iscrizione. Le gare master sono con addebito online.
<b>PROGRAMMA TECNICO</b>	Ogni atleta nel complesso delle giornate previste per la Prova Regionale può essere iscritto e partecipare, e quindi portare il relativo punteggio, ad un massimo di due gare individuali più una staffetta, oppure ad una gara individuale più due staffette. Ogni atleta nella stessa giornata può partecipare ad un massimo di due gare, staffetta compresa.

<b>MASTER UOMINI</b>	<b>1^giornata</b> = 100m – 400m – 1500m– Marcia 3Km - alto – triplo – Giavellotto – Disco– Staff. 4x100
	<b>2^giornata</b> = 200m – 800m – 5000m- 200 hs (cm 76,2 – 10 ostacoli) lungo – Martello – giavellotto - Staff. 4x400
<b>MASTER DONNE</b>	<b>1^giornata</b> = 100m – 400m – 1500m - Marcia 3Km - lungo - peso – martello - Staff. 4x100
	<b>2^giornata</b> = 200m – 800m – 3000m - 200 hs (cm 76,2–10 ostacoli) alto - triplo - disco - giavellotto - Staff. 4x400
<b>EXTRA UOMINI</b>	100m– 200m – 400m – 800m – 1500m – Lungo
<b>EXTRA DONNE</b>	100m – 200m - 400m – 800m -1500m
<b>REFERENTI:</b>	<p><b>Delegato Tecnico:</b> Silvia Federici  <b>Ref. Organizzativo:</b> Massimiliano Ferrazza  <b>Ref. Iscrizioni:</b> Stefano Troia – cell. 331.2475614 – Email: <a href="mailto:iscrizioni@fidallazio.it">iscrizioni@fidallazio.it</a></p>

## AGGIORNAMENTO PROGRAMMA ORARIO

### RITROVO 1° GIORNATA – ORE 12:15

ASS. UOMINI OPEN	MASTER UOMINI	ORARIO	MASTER DONNE	ASS. DONNE OPEN
		<b>13:15</b>	Lancio del Martello	
	Lancio del Disco	<b>14:45</b>		<b>100m Ass. donne</b>
	Salto in Alto	<b>15:00</b>	<b>100mt</b>	
	Salto Triplo	<b>15:15</b>		
<b>15:45 - 100m Ass. Uomini</b>	<b>100mt</b>	<b>15:15</b>		
		<b>16:15</b>	<b>400mt</b>	<b>16:30 - 400m Ass. donne</b>
<b>17:05 - 400m Ass. Uomini</b>	<b>400mt</b>	<b>16:45</b>	Salto in Lungo	
		<b>17:30</b>	Getto del Peso	
	Lancio del Giavellotto	<b>17:40</b>	<b>1500mt</b>	<b>17:50 - 1500m Ass. donne</b>
<b>18:10 - 1500m Ass. Uomini</b>	<b>1500mt</b>	<b>18:00</b>		
		<b>18:25</b>	<b>Staffetta 4x100mt</b>	
	Staffetta 4x100mt	<b>18:40</b>		
		<b>19:10</b>	<b>3000m Marcia</b>	
	<b>3000m Marcia</b>	<b>19:30</b>		

### RITROVO 2° GIORNATA – ORE 12:30

ASS. UOMINI OPEN	MASTER UOMINI	ORARIO	MASTER DONNE	ASS. DONNE OPEN
	Lancio del Martello	<b>13:30</b>		
	<b>200Hs (cm 76,2)</b>	<b>14:50</b>		
<b>Salto in Lungo</b>		<b>15:00</b>	Lancio del Disco Salto in Alto	
		<b>15:05</b>	<b>200Hs (cm 76,2)</b>	
<b>15:40 - 200m Ass. Uomini</b>	<b>200mt</b>	<b>15:20</b>		
	Salto in Lungo	<b>16:00</b>	<b>200m</b>	<b>16:20 - 200m Ass. donne</b>
<b>16:50 - 800m Ass. Uomini</b>	<b>800mt</b>	<b>16:40</b>		
		<b>17:10</b>	<b>800mt</b>	<b>17:25 - 800m Ass. donne</b>
	Getto del Peso	<b>17:30</b>	Salto Triplo	
		<b>17:35</b>	<b>3000mt</b>	
		<b>17:45</b>	Lancio del Giavellotto	
	<b>4x400mt</b>	<b>18:05</b>		
		<b>18:20</b>	<b>4x400mt</b>	
	<b>5000mt</b>	<b>18:45</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.