



FEDERAZIONE ITALIANA  
DI ATLETICA LEGGERA

**Comitato Provinciale Frosinone**

**CEPRANO (FR) – Stadio “A. Vollero”**  
**Venerdì 18 giugno 2021**  
*Corri, salta, lancia*  
**CIOCIARIA GAMES 2021**  
**Manifestazione riservata alla categoria**  
***ESORDIENTI***

**(RISERVATA ALLE SOCIETA' DI FROSINONE/LATINA/ROMASUD)**

**ORGANIZZAZIONE:** POL. ATLETICA CEPRANO – COMITATO PROVINCIALE FIDAL FROSINONE

**IMPIANTO LUOGO GARA:** STADIO COMUNALE “A. VOLLERO” – CEPRANO (FR)

**ISCRIZIONI:** Le iscrizioni potranno essere effettuate esclusivamente via mail al seguente indirizzo:

[mirafabri@libero.it](mailto:mirafabri@libero.it)

**Le iscrizioni termineranno martedì 15 giugno alle ore 24:00,**

**CONFERMA ISCRIZIONI:** La conferma iscrizioni dovrà essere effettuata 60' prima dell'inizio delle gare.

**PROGRAMMA TECNICO:** **Esordienti: duathlon (m. 60/salto in lungo)**

**duathlon (m. 60/vortex)**

**staffetta 4x50**

**CRONOMETRAGGIO:** Manuale.

**REFERENTI:** *Ref. Tecnico e iscrizioni:* Fabrizio Mirabello - [mirafabri@libero.it](mailto:mirafabri@libero.it) (3282117545)

*Ref. Organizzativo:* Sandro Ceccacci – [cp.frosinone@fidal.it](mailto:cp.frosinone@fidal.it) (3397638952)

## **REGOLAMENTO E NORME TECNICHE:**

***NORME COVID la gara si può effettuare nel rigido rispetto delle norme Covid sulla sicurezza.***

- Possono accedere all'impianto solo gli atleti ed i tecnici/dirigenti autorizzati; l'ingresso è ammesso previa: obbligo della mascherina, misurazione della temperatura ed autocertificazione (ai sensi degli Artt. 46 e 47 D.P.R. n. 445/2000, con copia del documento); per gli atleti minorenni il modulo andrà compilato da un genitore. Nel modulo di cui sopra andrà specificata la gara alla quale si partecipa. Tale modulo andrà stampato preventivamente; in nessun caso sarà consentito l'accesso all'impianto né, tanto meno, la partecipazione alla gara, senza la consegna di tale modulo
- Gli atleti possono accedere nell'impianto 1 ora e mezza prima della propria gara e devono uscire entro mezz'ora dalla fine della stessa.
- La mascherina può essere tolta solo durante il riscaldamento e la gara. Nei concorsi è preferibile rimettere la mascherina tra un turno e l'altro e bisogna mantenere il distanziamento.
- **Nei lanci è obbligatorio l'utilizzo di un attrezzo personale.**
- Negli impianti non si possono utilizzare spogliatoi ma solo i servizi igienici.
- Gli atleti accederanno al campo di gara esclusivamente attraverso la Camera d'Appello nell'ordine di 20' per le corse e 30' per i concorsi. Dirigenti e Tecnici non saranno ammessi in nessun caso nel campo di gara se non per necessità organizzative.
- Il riscaldamento si DEVE effettuare obbligatoriamente all'esterno della pista e si accede in campo solo quando chiamati nei tempi previsti per completare il riscaldamento.
- Terminata la gara, è obbligatorio portarsi all'esterno della pista ed uscire dall'impianto entro 30 minuti.
- Negli eventuali momenti di pausa nelle gradinate, bisogna rispettare il distanziamento predisposto ed indossare la mascherina.
- I trasgressori saranno prima richiamati ed, in caso di recidività, allontanati dall'impianto.

**Partecipazione:** possono partecipare tutti i tesserati Fidal delle società di FROSINONE/LATINA/ROMASUD.

## **Ogni Atleta può partecipare ad uno dei seguenti duathlon: (60/lungo) o (60/vortex) + Staffetta**

Costo Iscrizioni : Esordienti 2,00 € per duathlon , 2,00 € a staffetta

In ogni gara verranno **Premiati** tutti gli atleti partecipanti

**Note Tecniche: Sono previsti 3 salti e 3 lanci per la categoria ESO 10 e 2 salti e 2 lanci per le categorie ESO 8 e ESO 6**

**ESO 10 (NATI NEL 2010/2011)**

**ESO 8 (NATI NEL 2012/2013)**

**ESO 6 (NATI NEL 2014/2015)**

## Programma Orario

### RISERVATA ALLE SOCIETA' DI ROMASUD/LATINA/FROSINONE

ORE 15.00 RITROVO GIURIE E CONCORRENTI

ORARIO	CORSE		SALTI	LANCI	
16.00	60 ESO 10 F.				
16.15	60 ESO 10 M.		LUNGO ESO 10 F.		
16.30	60 ESO 8 F.				
16.40	60 ESO 8 M.				
16.50	60 ESO 6 F.				
17.00	60 ESO 6 M.			VORTEX ESO 8/6 F	
17.15			LUNGO ESO 10 M.		
17.45				VORTEX ESO 8/6 M.	
18.15			LUNGO ESO 8/6 F.		
18.30				VORTEX ESO 10 F.	
19.00			LUNGO ESO 8/6 M.		
19,15				VORTEX ESO 10 M.	
20.00	STAFFETTA 4x50 ESO F.				
20.15	STAFFETTA 4X50 ESO M.				

*Nota Bene: Il programma orario potrebbe subire variazioni in base al numero degli iscritti. Tali variazioni saranno comunicate sul campo dal delegato tecnico. Nelle categorie ESO 8 e ESO 6 i giudici saranno affiancati dai tecnici.*