

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI SU PISTA MASTER
Cagliari – Stadio Comunale di Atletica Leggera
5/6 GIUGNO 2021

Sul posto gara non potranno essere effettuate nuove iscrizioni.

L'Accesso, da intendersi a porte chiuse, sarà consentito esclusivamente ad atleti e tecnici regolarmente tesserati nell'anno in corso o agli autorizzati dal Comitato Regionale.

Tutti coloro che accedono all'impianto saranno sottoposti, al momento dell'ingresso, alla misurazione della temperatura corporea, devono indossare la mascherina e mantenerla indossata per tutta la permanenza nell'impianto. L'uso della mascherina unitamente al distanziamento è obbligatorio anche per gli atleti tranne durante le gare e gli esercizi di riscaldamento. La mascherina va nuovamente indossata entro 5 minuti dalla fine della gara o della fase di riscaldamento e comunque sempre durante gli spostamenti.

Gli atleti devono presentarsi all'impianto già in tenuta da allenamento. L'uso degli spogliatoi e delle docce non è consentito.

I tecnici delle società sono responsabili del comportamento dei propri tesserati durante tutta la permanenza all'interno dell'impianto.

Ogni Atleta nel complesso delle giornate previste può prendere parte ad un massimo di tre gare individuali più una staffetta o due gare individuali e due staffette e comunque con un massimo di due gare per giornata.

Gli atleti che partecipano ad una gara eguale o superiore a metri 1000 possono prendere parte, nella stessa giornata, anche ad un'altra gara con esclusione delle gare di corsa superiori a metri 400.

Le gare di corsa si effettueranno a SERIE, per quanto possibile suddivise per Categorie.

Nei lanci e nei salti in estensione sono previste TRE prove di eliminatoria per ogni atleta e tre prove di Finale alle quali accederanno i primi SEI atleti, classificati nelle eliminatorie per ogni Categoria.

Per gli ostacoli, il peso dei attrezzi nei lanci e le progressioni nei salti in elevazione si fa riferimento alle specifiche tabelle.

CAMERA D'APPELLO

Gli atleti dovranno presentarsi alla Camera d'Appello con le seguenti tempistiche:

- **gare di corsa: entro 20 minuti prima dell'orario previsto**
- **lanci e salti: entro 30 minuti prima dell'orario previsto**

SABATO 5 GIUGNO 2021

UOMINI		ORE	DONNE	
<i>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</i>		15.30	<i>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</i>	
Martello		16.30		Peso – Lungo
	Mt100hs (50-69)	17.00		
		17.10	Mt 100	
	Mt 100	17.20		Martello
Triplo		17.30		
Peso		17.40	Mt 400	
	Mt 400	17.50		
		18.05	Mt 1500 serie unica	
Alto	1^ serie Mt 1500	18.15		
	2^ serie Mt 1500	18.25		
		18.40	Staffetta 4x100	
	Staffetta 4x100	18.45		
	Marcia Mt 5000	18.55	Marcia Mt 5000	

DOMENICA 6 GIUGNO 2021

UOMINI		ORE	DONNE	
<i>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</i>		8.30	<i>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</i>	
Lungo		9.15	Mt 5000 serie unica	Disco
Asta		9.30		
	1^ Serie Mt 5000	9.45		
	2^ Serie Mt 5000	10.10		
Disco		10.30		Giavellotto
	Mt 400hs (35-59)	10.50		
		11.00	Mt 800	Triplo
	Mt 800	11.05		
		11.10		Alto
		11.20	Mt 200	
Giavellotto	Mt 200	11.30		
		11.55	Staffetta 4x400	
	Staffetta 4x400	12.05		

Il presente orario è indicativo e potrà subire variazioni per il buon andamento della manifestazione.

Cagliari, 03/06/2021