

CAMPIONATO REGIONALE DI SOCIETÀ SU PISTA CADETTI/CADETTE

Gare extra assolute

CAGLIARI stadio comunale di Atletica Leggera

SABATO 17 - DOMENICA 18 GIUGNO 2023

Sul posto gara non potranno essere effettuate nuove iscrizioni.

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

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

REGOLAMENTO GARA CDS

- Ogni atleta può prendere parte ad un massimo di due gare individuali e una staffetta, oppure ad una gara individuale e due staffette ma non a più di due gare per giornata.
- Gli atleti che partecipano ad una gara di corsa superiore ai m 1000 possono prendere parte nella stessa giornata anche ad altre gare (compresa la staffetta), con esclusione delle gare superiori ai m 400.
- Nei lanci e nei salti in estensione (lungo e triplo) sono previste quattro prove per ogni concorrente.
- L'assegnazione delle corsie e l'ordine di salto e lancio viene effettuato con sorteggio casuale.
- Le gare di corsa verranno disputate per serie, la serie dei migliori atleti gareggerà per ultima, salvo casi dovuti ad eventi atmosferici o altre cause di forza maggiore.
- Ai sensi delle norme attività 2023, par. 10.5.1, ai fini della composizione delle serie, vengono prese in considerazione le prestazioni realizzate nell'anno in corso.
- Per il salto in alto, verranno utilizzate le seguenti progressioni:
cadetti: 1.25-1.35-1.40-1.45-1.50-1.53-1.56 poi di 2 cm in 2 cm
cadette: 1.20-1.30-1.35-1.40-1.43-1.46-1.49 poi di 2 cm in 2 cm
Ogni atleta può richiedere una sola misura d'entrata inferiore a quella d'inizio prevista, fermo restando che dopo tale tentativo, se riuscito, la progressione deve riprendere le misure stabilite. Le prove a disposizione per ogni atleta sono un massimo di tre per ciascuna misura. Quando un atleta ha già vinto la gara l'altezza alla quale viene posizionata l'asticella nella prova successiva viene decisa dall'atleta stesso.
- La classifica di società della Prova Regionale viene stilata sommando da un minimo di 12 punteggi ad un massimo di 15 punteggi ottenuti in almeno 12 gare diverse.
- Eventuali disdette di partecipazione alle singole gare per gli atleti già confermati possono essere effettuate almeno 60 minuti prima dell'orario previsto per la gara.
- **LA MANCATA PARTECIPAZIONE ALLA GARA DOPO LA CONFERMA DETERMINA L'ESCLUSIONE DALLE GARE SUCCESSIVE.**

Per quanto non previsto si fa riferimento al RTI e alle Norme Attività 2023.

REGOLAMENTO GARE EXTRA

- Le gare di corsa verranno disputate per serie, la serie dei migliori atleti gareggerà per ultima, salvo casi dovuti ad eventi atmosferici o altre cause di forza maggiore.
- Ai sensi delle norme attività 2023, par. 10.5.1, ai fini della composizione delle serie, vengono prese in considerazione le prestazioni realizzate nell'anno in corso.
- L'assegnazione delle corsie e l'ordine di salto e lancio viene effettuato con sorteggio casuale.
- Nei concorsi, Salti in Estensione e Lanci, gli UOMINI e le DONNE effettueranno Tre Prove di Eliminatoria, i Primi OTTO Atleti/e Classificati effettueranno le ulteriori TRE Prove di Finale.
- **BATTUTA DI STACCO SALTO TRIPLO:**
 - UOMINI: da stabilire in pedana (battuta m 9 o m 11)
 - DONNE: da stabilire in pedana (battuta m 7 o m 9 o m 11)Per i tre salti finali tutti gli atleti o atlete salteranno, quando possibile, da un'unica distanza che sarà stabilita dall'Arbitro, sulla base delle loro misure ottenute nella fase eliminatoria.
- Per il **salto con l'asta**, verrà utilizzata la seguente progressione:
UOMINI extra: 4.00-4.20-4.40-4.55-4.70-4.85-5.00-5.10-5.20-5.30 poi di 5 cm in 5 cm

Per quanto non previsto si fa riferimento al RTI e alle Norme Attività 2023

SABATO 17 GIUGNO

RITROVO GIURIE e CONCORRENTI <u>TRIPLO EXTRA</u>		15.30	RITROVO GIURIE e CONCORRENTI <u>MARTELLO EXTRA</u>	
Triplo A/J/P/S EXTRA		16.00		Martello kg 3 AF EXTRA
<i>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</i>		16.00	<i>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</i>	
		16.50	Mt 80hs 0,76-8.00	
Triplo Asta A/J/P/S EXTRA		17.00		Martello kg 3
		17.05	Mt 100hs 0.76-8.50 AF EXTRA	
	Mt 100hs 0,84-8.50	17.10		
		17.15	Mt 100hs 0,84-8.50 J/P/S EXTRA	
	Mt 110hs 1.06-9.14 P/S EXTRA	17.25		
		17.40		Alto
		17.45	Mt 80	
Disco kg 1,5 Disco kg 1,750 JM extra		18.00		Triplo Triplo A/J/P/S EXTRA
	Mt 80	18.10		
		18.35	Mt 1000	
	Mt 1000	18.40		
		18.55	Mt 1200 siepi 0,76	
Giavellotto gr 600	Mt 1200 siepi 0,76	19.00		Peso kg 3
		19.15	Staffetta 4x100	
		19.30	Staffetta 4x100 A/J/P/S extra	
	Staffetta 4x100	19.35		
	Staffetta 4x100 A/J/P/S extra	19.45		
	Mt 3000 A/J/P/S EXTRA	20.00		

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

DOMENICA 18 GIUGNO

<i>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</i>		9.00	<i>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</i>	
Lungo 2 serie		09.45		
Martello kg 4 Martello kg 5 AM extra		10.00	Mt 300hs 0,76	
	Mt 300hs 0,76	10.10		
		10.30	Mt 2000	
	Mt 2000	10.40		
	Marcia Mt 5000	10.55		
Alto		11.00		Disco kg 1
		11.30	Mt 300	
	Mt 300	11.50		Lungo 2 serie
	Mt 400 A/J/P/S EXTRA	12.10		
Peso kg 4 Peso AM kg 5 EXTRA		12.00		Giavellotto gr 400

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