



4[^] MANIFESTAZIONE PROVINCIALE SU PISTA **CADETTI/E – ALLIEVI/E – JUNIORES/PROMESSE/SENIOR M/F** **Cagliari – Stadio Comunale di Atletica Leggera** **SABATO 30 APRILE 2022**

Le Società **ASD ATLETICA EDOARDO SANNA ELMAS** e **GRUPPO POL DIL ASSEMINI** organizzano, con la collaborazione del Comitato Provinciale di Cagliari, la 4^a manifestazione su pista a carattere provinciale riservata alle categorie Cadetti/e – Allievi/e – Juniores/Promesse/Senior M/F, che si svolgerà a **Cagliari sabato 30 aprile 2022**.

Per le indicazioni sulle procedure anti-COVID e le norme tecniche si rimanda ai seguenti documenti: <https://www.fidal.it/content/Covid-19/127307>.

Sul posto gara non potranno essere effettuate nuove iscrizioni.

Le iscrizioni degli atleti stranieri e degli atleti tesserati per società al di fuori della Regione Sardegna sono subordinate al rispetto delle Norme Attività 2022.

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

REGOLAMENTO GARA

- Ogni atleta può prendere parte ad un massimo di due gare individuali o una gara individuale e una staffetta, ma non a più di due gare.
- Gli atleti che partecipano ad una gara di corsa superiore ai m 1000 possono prendere parte anche ad altre gare (compresa la staffetta), con esclusione delle gare superiori ai m 400.
- Per le categorie Allievi/e – Juniores/Promesse/Senior M/F, nei lanci e nel salto triplo sono previste tre prove eliminatorie per ogni concorrente e 3 prove di finale alla quale accedono i primi 8 atleti della classifica dopo le tre prove eliminatorie. Per le categorie Cadetti/e – Master M/F, nei lanci e nel salto triplo sono previste quattro prove per ogni concorrente.
- Nei lanci tutti gli atleti possono utilizzare gli attrezzi della propria categoria.
- **La staffetta mista 4x400 dovrà essere composta da due uomini e due donne nel seguente ordine: uomo, donna, uomo, donna.**
- 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.**

PREMIAZIONI

Saranno premiati i primi tre classificati delle categorie cadetti/e e assoluti.

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

PROGRESSIONI SALTO IN ALTO

CF: 1.10 – 1.15 – 1.20 – 1.25 – 1.30 – 1.35 – 1.40 – 1.43 – 1.46 – 1.49 poi di 2 cm in 2 cm



ORARIO

MASCHILI		ORE	FEMMINILI	
<i>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</i>		15.00	<i>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</i>	
Martello A/J/P/S	Mt 400 hs 0.91 J/P/S	15.45		Alto CF
		15.55	Mt 400 hs 0.76 A/J/P/S	
		16.05	Mt 300 hs 0.76 C	
	Mt 300 hs 0.76 C	16.10		
		16.20	Mt 300 C	
	Mt 300 C	16.25		
Peso C/A/J/P/S		16.40	Mt 200 A/J/P/S	Martello C/A/J/P/S Lungo A/J/P/S
	Mt 200 A/J/P/S	16.55		
		17.25	Mt 600 C	
	Mt 600 C	17.35		
Lungo A/J/P/S		17.45	Mt 800 A/J/P/S	
	Mt 800 A/J/P/S	17.55		Peso C/A/J/P/S
		18.10	Mt 3000 A/J/P/S	
	Mt 3000 A/J/P/S	18.25		
	Staffetta 4x400 mista A/J/P/S	18.45	Staffetta 4x400 mista A/J/P/S	

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

Cagliari, 27 aprile 2022