

# BENVENUTO 2025

**Manifestazione CP ROMA**  
**Domenica 19 gennaio 2025**

## DISPOSITIVO TECNICO-ORGANIZZATIVO

*Stadio Paolo Rosi - ROMA*

<b>ORGANIZZAZIONE</b>	<b>COMITATO PROVINCIALE ROMA</b> Via Flaminia Nuova, 830 - 00191 – Roma Tel: 06.33221775 – Email: cp.roma@fidal.it
<b>IMPIANTO LUOGO GARA</b>	Stadio Paolo Rosi – Roma - Via dei Campi Sportivi 7, 00197
<b>GARA ONLINE</b>	Riferimento per le iscrizioni online <b>ID REG37553</b> - primo campo a sinistra che ordina l'elenco delle gare disponibili
<b>REFERENTI</b>	<b>Ref. Organizzativo:</b> Giorgia Mannelli – cell. 339.4053463 <b>Ref. Tecnico D.</b> Alessio – cell. 3282971977 B. Cioeta – cell. 347.6498543 Email: cp.roma@fidal.it
	<b>Delegato Tecnico:</b> Graziano Romano – cell. 331.1546225
	<b>Ref. Iscrizioni:</b> Luigi Botticelli – cell. 335.7624042 – Email: botticelli@fidallazio.it
<b>ISCRIZIONI</b>	Le iscrizioni, potranno essere effettuate esclusivamente Online attraverso il sito federale nella sezione Servizi Online. Il costo dell’iscrizione sarà addebitato direttamente sul conto online della società. Per eventuali problemi e informazioni procedurali contattare il referente iscrizioni telefonicamente. Le iscrizioni <b>termineranno giovedì 16 gennaio 2025 alle ore 24:00.</b>
<b>PUBBLICAZIONE ISCRIZIONI</b>	L’elenco degli iscritti sarà pubblicato <b>venerdì 17 gennaio 2025</b> sul sito Regionale. Raccomandiamo a tutti di verificare l’esattezza delle operazioni di iscrizione svolte online.

## PAGAMENTO ISCRIZIONI

RAGAZZI/E CADETTI/E: 3 € a gara  
ASSOLUTI (da allievi in poi): 4€ a gara  
STAFFETTE ALLIEVI: 10€  
STAFFETTE ASSOLUTE: 15€  
FUORI REGIONE: ragazzi/cadetti 6€ - Assoluti 15€

**Saranno consentite iscrizioni sul posto.**

**Al costo:**

RAGAZZI/E e CADETTI/E: 4€  
ASSOLUTI (da allievi in poi): 10€

## CONFERMA ISCRIZIONI

Per le categorie R/C risulteranno tutti confermati, un tecnico per società dovrà comunicare gli assenti un'ora prima della gara. Per le categorie Assoluti uomini e donne l'iscrizione dovrà essere confermata entro 1h prima della gara presso la postazione telematica delle conferme situata all'ingresso dello stadio

## PRESENTAZIONE ALLA CAMERA D'APPELLO

Gli atleti, muniti di tessera federale, o di altro documento d'identità, dovranno presentarsi in Camera d'Appello 20 minuti prima dell'orario previsto per le gare di corsa e 30 minuti prima per i concorsi

## PROGRAMMA TECNICO ragazzi M/F

1000m – peso 2kg  
(ogni atleta potrà iscriversi ad entrambe le gare)

## PROGRAMMA TECNICO cadetti M/F

80m – 200m – 600m – alto – peso – lungo  
(ogni atleta potrà iscriversi a un massimo di due gare)

## PROGRAMMA TECNICO assoluti M/F

**DONNE:** 800m – 400m – 200m – alto – peso (All/Ass) – 4x200  
**UOMINI:** 200m – 400m – 600m – 1500m – alto – peso (All/Jun /Ass) – 4x200  
(ogni atleta potrà iscriversi a un massimo di due gare)

## NORME TECNICHE ragazzi e cadetti

Peso ragazzi/e: 2kg. Tre lanci gara  
Lungo cadetti/e: quattro salti gara  
Peso cadetti/e: quattro lanci gara. F 3kg – M 4kg  
Le staffette 4x200 saranno corse in corsia per le prime due frazioni, come pure parte della terza frazione, fino al bordo più vicino della linea di rientro (tangente D), dove gli atleti possono abbandonare le rispettive corsie (tre curve in corsia)

## PROGRESSIONE SALTO IN ALTO

Ass M: 1.50-1.60-1.70-1.75-1.78-1.81-1.84-1.87-1.90-1.92, poi di 2 cm in 2 cm  
Ass F: 1.25-1.30-1.35-1.40-1.45-1.48-1.51-1.54-1.57-1.59-1.61-1.63, poi di 2 cm in 2 cm  
Cadetti: 1.20-1.25-1.30-1.35-1.38-1.41, poi di 2 cm in 2 cm  
Cadette: 1.20-1.25-1.30-1.35-1.38-1.41, poi di 2 cm in 2 cm

Per quanto non contemplato nel presente dispositivo, si rimanda al RTI, alle Norme Attività 2025 e ai singoli regolamenti emanati dalla FIDAL e pubblicati sul sito federale.

**19 gennaio 2025**  
**VARIAZIONE PROGRAMMA ORARIO**

Ritrovo giurie e concorrenti ore 9:30				
Orario	Cadette	Cadetti	ASSOLUTI F	ASSOLUTI M
10:30				1500m
10:45	Salto in alto	Salto in alto	Getto del peso (All. + Ass.)	Getto del peso (A/J/Ass)
10:55			800m	
11:00		salto in lungo		
11:10	80m			
11:40		80m		
12:00	Getto del peso 3kg			
12:10			400m	
12:25				400m
12:55	600m			
13:00	Salto in lungo Ped A e Ped B	Getto del peso 4kg		Salto in alto
13:15		600m		
13:25				600m
13:35	1000m Ragazze			
13:40	Getto del peso ragazze			
13:55		1000m Ragazzi	Salto in alto	
14:10			200mt	
14:30				200mt
14:30		Getto del peso ragazzi		
15:20	200m			
15:45		200m		
16:10			4x200m	
16:20				4x200m

Il programma orario potrebbe essere modificato per esigenze organizzative e in base alle effettive iscrizioni