



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Regionale Sardo

CAMPIONATO REGIONALE MASTER INDOOR Del 12 Febbraio 2023 a IGLESIAS

DISPOSITIVO TECNICO

Le gare di corsa si disputeranno:

SERIE:

- Metri 60 Ragazzi, Ragazze,
- Metri 60 Cadetti/e

BATTERIE e FINALI:

- Metri 60 A/J/P/s Donne, metri 60 A/J/P/s Uomini, metri 60 Master M/F. Gli assoluti M/F accedono alle Finali i **DIECI MIGLIORI TEMPI**; verrà disputata **prima la finale delle/dei Seconde/i dopo la finale delle/dei Prime/i**. I Master M/F dove ci saranno più di 1 batteria, accederanno in finale i migliori 5 tempi, per ogni categoria di età.
- Metri 60HS Master M/F disputeranno Finale diretta.

SALTI in ESTENSIONE:

- Assoluti M/F accedono alla finale i primi **OTTO** classificati della fase eliminatoria. I Cadetti e le Cadette effettueranno **4 salti**. I Master M/F effettueranno 3 salti di qualificazione, e effettueranno i 3 salti di finale i primi 6 atleti di ogni categoria di età.

PROGRESSIONI SALTO IN ALTO:

- UOMINI: 1,50-1,55-1,60-1,65-1,70-1,75-1,78-1,81 quindi di cm. 3 in cm. 3;
- DONNE: 1,30-1,35-1,40-1,42-1,44-1,46-1,48-1,50 quindi di cm. 2 in cm. 2;
- CADETTE: 1,20-1,25-1,30-1,33-1,36-1,38-1,40-1,42 quindi di cm. 2 in cm. 2;
- CADETTI: 1,30-1,35-1,40-1,45-1,50-1,53-1,56-1,58-1,60 quindi di cm. 2 in cm. 2;
- MASTER SM35 e SM60: 1,42-1,48-1,51 poi di 3 cm in 3 cm ;
- MASTER SF45: 1,17- 1,20-1,23 poi di 3 cm in 3 cm.

SALTO CON L'ASTA:

- UOMINI: 3,00-3,20-3,40-3,60-3,80-4,00-4,10 poi di 10 cm fino a 5,00 mt. poi di cm. 5 in cm. 5;
- MASTER SM60: 2,70-2,80-2,90-3,00-3,05-3,10-3,20 poi di 5 cm in 5 cm;

Si specifica che per la categoria Ragazzi/e vige l'obbligo della partenza con i quattro appoggi, l'uso dei blocchi di partenza è facoltativo.

Gli Atleti dovranno presentarsi alla **call room** prima di accedere in pedana o alla partenza delle corse, rispettando il seguente orario:

- Corse 20 minuti prima dell'inizio della gara;
- Salto in lungo e triplo 20 minuti prima dell'inizio della gara;
- Salto in alto 30 minuti prima dell'inizio della gara;
- Salto con l'asta 35 minuti prima dell'inizio della gara.