



**FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA**  
**Comitato Provinciale Sulcis Iglesiente – Medio Campidano**  
**Email: [antomur@tiscali.it](mailto:antomur@tiscali.it) – Cell. 3393960096**

**3<sup>^</sup> MANIFESTAZIONE PROVINCIALE SU PISTA**  
**GUSPINI – Campo Sportivo Comunale**  
**Sabato 22 Marzo 2025**

*Il Comitato Provinciale FIDAL Sulcis Iglesiente – Medio Campidano, con la collaborazione della U.S. Atletica Guspinì, indice e organizza la*

***3<sup>^</sup> Manifestazione Invernale “Salvi e Lanci” – Area Medio Campidano***

**PROGRAMMA ORARIO DEFINITIVO**

Le buste dovranno essere ritirate da un rappresentante delle Società; le tasse gara saranno trattenute dal conto online delle società.

Gli Esordienti eseguiranno DUE prove nei salti/lanci, i Ragazzi TRE prove, Cadetti e Assoluti QUATTRO prove. Gli atleti dovranno presentarsi presso la rispettiva pedana per i salti/lanci di prova 20 minuti prima dell'orario previsto per l'inizio della gara; è interesse dell'atleta presentarsi in orario per evitare di gareggiare senza i salti di prova.

**Tutte le gare (ove presenti i punteggi tabellari) saranno valide ai fini dell'acquisizione dei punteggi per il Criterium Provinciale Individuale Eso/Rag/Cad 2025.**

**PROGRAMMA ORARIO 22/03/2025 - SABATO POMERIGGIO**

<b>UOMINI</b>		<b>ORE</b>	<b>DONNE</b>	
<b>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</b>		<b>15:30</b>	<b>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</b>	
Salto in Alto RM	Vortex EM10 “Ped. “A” Vortex EM8 “Ped. “B”	<b>16:00</b>		Lungo EF5 “Ped. A” Lungo EF8 “Ped. A” Lungo EF10 “Ped. B” Salto in Alto RF
Lungo EM5 “Ped. A”		<b>16:45</b>		
Lungo EM8 “Ped. B”		<b>16:55</b>	Vortex EF10 “Ped. B” Vortex EF8 “Ped. “A” Vortex EF5 “Ped. “A”	
Lungo EM10 “Ped. A”	Vortex EM5 “Ped. B” Vortex RM “Ped. “B”	<b>17:30</b>	Vortex RF “Ped. B”	
Getto del Peso CM 4kg Getto del Peso AM 5kg Getto del Peso P-SM Kg 7,260		<b>18:30</b>		Getto del Peso CF-AF kg Getto del Peso JF 4kg
Giavellotto CM 600g Giavellotto AM/SM45 700g Giavellotto PM-SM 800g		<b>18:30</b>		Giavellotto CF 400g Giavellotto AF 500g Giavellotto JF 600g

**Progressione Salto in Alto Ragazze/i: 1,00 / 1,08 / 1,12 / 1,15 / 1,18 / 1,21 / 1,23 / 1,25 / e così via di 2cm in 2cm.**

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

Carbonia, 20 marzo 2025

**F.I.D.A.L. Comitato Provinciale**  
**Sulcis Iglesiente-Medio Campidano**