



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale Sardo

**MANIFESTAZIONE REGIONALE INDOOR**  
**PALESTRA "CERAMICA" - IGLESIAS - 31 gennaio 2016**

**La Fidal, Comitato Regionale Sardo**, organizza il 31 Gennaio 2016, con la collaborazione tecnica della Polisportiva Jolao Iglesias, la manifestazione di Atletica Leggera Indoor riservata alle Categorie Ragazzi/e, Cadetti/e, Allievi/e, Juniores, Promesse, Senior e Master Uomini e Donne.

La manifestazione si svolgerà a Iglesias, Palestra in località "Ceramica", con ritrovo alle ore 10,00 e alle ore 12.30 (gara salto in alto e salto con l'asta).

**Le iscrizioni dovranno essere effettuate online attraverso il sito "Fidal.it - servizio online per Affiliazioni, Tesseramento, Iscrizioni" entro le ore 24,00 del giorno 28/01/2016.**

Cronometraggio Elettrico completamente automatico; verranno utilizzate **5 CORSIE**; saranno effettuate le **finali\*/\*\***, ove indicato, dei primi e dei secondi; nel salto Triplogli Atleti/e delle Categorie Assolute effettueranno 3 prove di qualificazione e 3 prove di Finale, Cadetti/e 4 Prove.

Gli atleti delle categorie Allievi/e e Juniores U all'atto delle iscrizioni possono optare per partecipare alla gara dei 60HS Assoluta (cm106).

Le conferme dovranno essere effettuate presso la segreteria GGG dagli atleti almeno 1 ora prima dell'orario fissato per la gara. Per nessun motivo verranno accettate iscrizioni sul posto, potranno essere effettuate esclusivamente variazioni di gara degli atleti già iscritti.

\*è prevista la finale unica allievi/e, esclusi/e i partecipanti alla finale assoluta.

\*\* nelle gare a ostacoli, quando non sono presenti più di cinque atleti si va alla finale diretta nell'orario della batteria.

<b>PROGRAMMA TECNICO ED ORARIO</b>		
<b>UOMINI</b>	<b>ORE</b>	<b>DONNE</b>
<b>RITROVO delle GIURIE e dei CONCORRENTI</b>	<b>10,00</b>	<b>RITROVO delle GIURIE e dei CONCORRENTI</b>
	<b>10,40</b>	Metri 60 Ragazze - <b>Serie</b>
Metri 60 Ragazzi - <b>Serie</b>	<b>10,50</b>	
	<b>11,00</b>	TriploDonne (C/A/J/P/S/SF Over 35) Metri 60HS (H 0,76) Cadette - <b>Serie</b> Metri 60HS (H 0,76) Allieve - <b>Batterie e/o Finale</b>
	<b>11,10</b>	Metri 60HS (H 0,84) J/P/S/SF35 - <b>Batterie e/o Finale</b>
Metri 60 HS Cadetti ( H 0,84) - <b>Serie</b>	<b>11,20</b>	
Metri 60HS (H 0,91) Allievi - <b>Batterie e/o Finale</b>	<b>11,30</b>	
Metri 60HS (H 100) Junior - <b>Batterie e/o Finale</b>	<b>11,40</b>	
Metri 60HS (H 106)P/S/SM over35 - <b>Batterie e/o Finale</b>	<b>11,50</b>	
Triplo C/A/J/P/S/SM Over 35	<b>12,00</b>	Metri 60 A/J/P/S/SF Over 35 - <b>Batterie</b>
Metri 60 A/J/P/S/SM Over 35 - <b>Batterie</b>	<b>12,20</b>	
	<b>12,40</b>	Metri 60 Cadette - <b>Serie</b>
Metri 60 Cadetti - <b>Serie</b>	<b>12,50</b>	
	<b>13,00</b>	Metri 60HS (H 0,76) Allieve - <b>ev. Finale</b> Metri 60HS (H 0,84) J/P/S/SF 35 - <b>ev. Finale</b>
Metri 60HS (H 0,91) Allievi - <b>ev. Finale</b> Metri 60HS (H 100) Junior - <b>ev. Finale</b> Metri 60HS (H 106)P/S/SM 35 - <b>ev. Finale</b>	<b>13,15</b>	

segue

	<b>13,30</b>	<i>Metri 60 Allieve - <b>Finale</b></i>
<i>Metri 60 Allievi - <b>Finale</b></i>	<b>13,35</b>	
	<b>13,40</b>	<i>Metri 60 A/J/P/S/SF Over 35 - <b>Finale Secondi</b></i>
	<b>13,45</b>	<i>Metri 60 A/J/P/S/ SF Over 35 - <b>Finale Primi</b></i>
<i>Metri 60 A/J/P/S/SM Over 35 - <b>Finale Secondi</b></i>	<b>13,50</b>	
<i>Metri 60 A/J/P/SSM Over 35 - <b>Finale Primi</b></i>	<b>13,55</b>	

<b>UOMINI</b>	<b>ORE</b>	<b>DONNE</b>
<b>RITROVO dei CONCORRENTI</b>	<b>12,30</b>	<b>RITROVO dei CONCORRENTI</b>
<i>Alto C/A/J/P/S/SM Over 35</i>	<b>14,00</b>	<i>Alto C/A/J/P/S/SF Over 35</i>
<i>Asta C/A/J/P/S/SM Over 35</i>	<b>14,00</b>	<i>Asta C/A/J/P/S/SF Over 35</i>

**Il presente orario è indicativo e potrà subire variazioni per il buon andamento della manifestazione. L'orario definitivo, se necessario, verrà pubblicato nel sito [fidalsardegna.it](http://fidalsardegna.it) il giorno 29/01/2016.**

Cagliari, 8 Gennaio 2016

**F.I.D.A.L.  
Comitato Regionale Sardo**