



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Regionale Sardo

MANIFESTAZIONE REGIONALE INDOOR
PALESTRA "CERAMICA"

IGLESIAS – 12 GENNAIO 2020

La Fidal, Comitato Regionale Sardo, organizza il 12 Gennaio 2020, con la collaborazione tecnica della Atletica Iglesias, la manifestazione di Atletica Leggera Indoor riservata alle Categorie Ragazzi/e, Cadetti/e, Allievi/e, Juniores, Promesse, Senior, Senior Master Uomini e Donne.

La manifestazione si svolgerà a Iglesias, Palestra in località "Ceramica", con ritrovo alle ore 10:00 e alle ore 13:00 – gare: salto in alto (M/F), salto con l'asta (M/F - aperto anche alla categoria Ragazzi/e "Progetto 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 9/01/2020.

Cronometraggio Elettrico completamente automatico; verranno utilizzate 5 CORSIE; saranno effettuate le finali*/**, ove indicato, dei primi e dei secondi; nel salto in lungo verranno effettuate 3 prove di qualificazione e 3 prove di Finale.

Gli atleti delle categorie Allievi/e e Juniores U all'atto delle iscrizioni possono optare per partecipare alla gara dei 60HS Assoluta (cm 106).

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.

PROGRAMMA TECNICO ED ORARIO		
UOMINI	ORE	DONNE
RITROVO delle GIURIE e dei CONCORRENTI	10:00	RITROVO delle GIURIE e dei CONCORRENTI
	10:30	Metri 60 Ragazze - Serie
Metri 60 Ragazzi - Serie	10:45	Lungo Donne (C/A/J/P/S/S Over 35
	11:00	Metri 60HS (H 0,76) Cadette - Serie
	11:10	Metri 60HS (H 0,76) Allieve - Batterie e/o Finale
Metri 60 HS Cadetti (0,84) - Serie	11:20	Metri 60HS (H 0,84) J/P/S/F35 - Batterie e/o Finale
Metri 60HS (H 0,91) Allievi - Batterie e/o Finale	11:30	
Metri 60HS (H 100) J/M35/M40/SM45 - Batterie e/o Fin	11:40	
Metri 60HS (H 106)P/S - Batterie e/o Finale	11:50	
Lungo C/A/J/P/S/S Over 35	12:00	Metri 60 A/J/P/S/ S Over 35 - Batterie
Metri 60 A/J/P/S/S Over 35 - Batterie	12:20	
	12:40	Metri 60 Cadette - Serie
Metri 60 Cadetti - Serie	12:50	
	13:20	Metri 60HS (H 0,76) Allieve - ev. Finale
Metri 60HS (H 0,91) Allievi - ev. Finale	13:30	Metri 60HS (H 0,84) J/P/S/F35- ev. Finale
Metri 60HS (H 100) J/M35/M40/SM45 - ev. Finale		
Metri 60HS (H 106)P/S - ev. Finale		
	13:45	Metri 60 Allieve - Finale
Metri 60 Allievi - Finale	13:50	
	13:55	Metri 60 A/J/P/S/ S Over 35 - Finale
Metri 60 A/J/P/S/ S Over35 - Finale	14:00	
RITROVO dei CONCORRENTI	13:00	RITROVO dei CONCORRENTI
Alto C/A/J/P/S/S Over 35	14:30	Alto C/A/J/P/S/S Over35
Asta C/A/J/P/S/S Over 35	14:30	Asta C/A/J/P/S/S Over35

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 dopo la chiusura delle iscrizioni.

Cagliari, 2 Gennaio 2020

F.I.D.A.L. - Comitato Regionale Sard