

Programma Gare

Esordienti "A" (2008/2009) : 50 - Alto - Peso - 4x50

Ragazzi (2006/2007) : 60hs - 600 - Vortex - Quadruplo - 4x100

Cadetti (2004/2005) : 150 - 1000 - Asta - Lungo - Giavellotto - 4x100

Allievi-Assoluti/Master : 80 - 300 - 2000 - Asta - Alto - Peso

Esordienti "B&C" (2010/2013) : mini gare di: **120/lungo/pallina** (tra le 15,30 e le 16,30 - gestite dagli istruttori stessi) - costo iscrizione per tutte e 3 le gare 1€

Programma Orario

ore 14,45 ritrovo giurie e concorrenti

dalle 15,30 alle 16,30 gare Esordienti "B&C" 120-lungo-pallina

15.45 **alto** esordienti "A" F&M **vortex** ragazzi (a seguire ... ragazze)

15.45 **60hs** ragazze/i **lungo** cadetti

16.10 **80** assoluti F&M **asta** tutti **peso** esordienti "A" F&M

16.30 **150** cadette/i **alto** assoluti F&M

17.00 **600** ragazze/i **lungo** cadette **peso** allievi/junior/assoluti F&M

17.10 **1000** cadette/i **giavellotto** cadetti (a seguire... cadette)

17.25 **50** esordienti "A" F&M

17.50 **300** assoluti F&M **quadruplo** Ragazze/i

18.15 **4x50** esordienti "A" F&M

18.40 **4x100** ragazze/i

19.00 **4x100** cadette/i

19.20 **2000** assoluti F&M

Regolamento e Note Tecniche

Partecipazione: possono partecipare tutti i tesserati Fidal sia della regione Lazio che delle altre regioni. Come da regolamento federale, è consentita la partecipazione anche agli alunni delle scuole aderenti ai CSS 2019 ed ai tesserati EPS purché in regola con la certificazione sanitaria prevista. Ogni Atleta può partecipare ad un massimo di 2 gare più l'eventuale staffetta.

Iscrizioni: si effettueranno unicamente online fino alle ore 24,00 di venerdì 29 marzo, con conferma sul campo fino ad un ora prima di ogni gara. Solo per gli alunni delle Scuole e per i tesserati EPS, le iscrizioni vanno inviate a: stefano1687@yahoo.it con dichiarazione di regolare tutela sanitaria.

Costo Iscrizioni >>> **Esordienti&Ragazzi** 1,00€ – **Cadetti&Allievi** 1,50€ >>> settore Assoluto/Master : 2,50 €
>>> gli **Esordienti B&C** pagheranno 1€ per tutte e 3 le loro garette.

In ogni gara verranno **Premiati** i primi 8 Atleti del settore giovanile (Esordienti "A", Ragazzi e Cadetti) unicamente del CP di Latina. Per le staffette verranno premiate le prime 3 squadre.

Ai vincitori delle gare verrà data la Maglia di Campione Provinciale 2019.

Medaglia ricordo anche agli Esordienti non premiati.

- Cronometraggio : Time Tronics
- Segreteria : Sigma
- Servizio Giudici : GGG di Latina
- Giudice d'Appello : Annamaria Santarelli
- Delegato tecnico : Annunziata Ciravolo
- Referente Tecnico : Gennaro Spina
- Responsabile Fidal : Alberto Spagnoli
- Respon. Organizzativo : Giampiero Trivellato
- Speaker : Antonio Sorrenti

Note Tecniche: Categorie Esordienti e Ragazzi: sono previsti 3 lanci e 3 salti e le corse si disputeranno con partenza in piedi. Categoria Cadetti sono previsti 4 lanci e 4 salti; Allievi/Assoluti/Master : 6 lanci.

Nel Peso gli atleti gareggeranno con l'attrezzo di categoria

Progressione Salto con l'Asta: 1.80-1.90-2.00-2.10-2.20-2.30-2.40 quindi di 5cm in 5cm

Progressione Alto Esordienti: 80 - 90 - 95 - 1,00 - 1,03 - 1,06

Progressione Alto Assoluti F: 1,10 – 1,20 – 1,25 - 1,30 - 1,35 - 1,40 – 1,43 – 1,46

Progressione Alto Assoluti M: 1,30 – 1,40 – 1,50 - 1,55 - 1,60 - 1,63 – 1,66