



Federazione Italiana Di Atletica Leggera
Comitato Provinciale di Latina

Sabato 1 aprile 2023 - LATINA

Campionati Provinciali Giovanili

ESORDIENTI 10 - RAGAZZI - CADETTI

e gare di contorno Esordienti 5-8 ed Assoluti/Master

Programma Gare

- ◆ **Esordienti "5-8"** (2014/2017) **120 - Lungo**
- ◆ **Esordienti "10"** (2012/2013) **150 - Alto - Vortex**
- ◆ **RAGAZZE / I** (2010/2011) **150 - 600 - Alto - Lungo - Peso - 4x100**
- ◆ **CADETTE / I** (2008/2009) **150 - 1000 - Triplo - Giavellotto - 4x100**
- ◆ **All/Jun/Pro/Sen/Master** : **80 - 300 - 1000 - Triplo - Martello**

NUOVO Programma Orario

13.00	RITROVO				
14.00	150 Es10 M			Martello A/J/S/M	
14.30	150 Es10 F				
14.45		Triplo Ass F e M assieme			
14.50			Alto Ri		
15.00	80 Ass M				
15.25	80 Ass F				
15.30				Vortex Es 10 M	
15.40	150 Ri	Lungo Ri (2 Ped)	Alto Re		
15.55	150 Re				
16.10					
16.20	150 Ci		Alto Es10 (2ped)		
16.30		Lungo Re (2 Ped)		Vortex Es 10 F	
16.50	150 Ce				
17.15	300 Ass M		Peso Ri		
17.35	300 Ass F	Triplo Ce (2 Ped)		Giavellotto Ci	
18.00	4x100 Ri				
18.20	4x100 Re	Triplo Ci	Peso Re		
18.40	4x100 Ci poi Ce			Giavellotto Ce	
19.15	600 Ri/e				
19.30	1000 Ci/e				
19.45	1000 Ass M e F				

ESORDIENTI 5 & 8

14.15 Ritrovo

Rettilineo B e Pedana "Arrivo"

<i>120 Eso 5M</i>	14.50
<i>Lungo Eso 5F</i>	14.55
<i>120 Eso 5F</i>	15.25
<i>Lungo Eso 5M</i>	15.30
<i>120 Eso 8M</i>	15.50
<i>Lungo Eso 8F</i>	15.55
<i>120 Eso 8F</i>	16.25
<i>Lungo Eso 8M</i>	16.30

REGOLAMENTO

La manifestazione è OPEN agli atleti fuori Regione.

Gli atleti possono partecipare ad un massimo di 2 gare più la staffetta

Costo Iscrizioni valido anche per i **Fuori Regione**

Settore Giovanile: Esordienti 5-8 2€/atleta

Esordienti 10 - Ragazzi - Cadetti 2€/gara

Tutte le altre categorie 3€/gara

Staffette 4€/gara

Le **iscrizioni** si effettueranno esclusivamente **on-line** ad esclusione degli atleti eventualmente tesserati unicamente EPS o della scuola che andranno inviate, su carta intestata firmata dal presidente della società, attestando che gli atleti sono in regola con la certificazione sanitaria ed il tesseramento per l'anno 2023, all'indirizzo: iscrizioni@fidallazio.it .

In entrambi i casi **le iscrizioni si chiuderanno** alle ore 24,00 di Giovedì 30 marzo 2023.

Eventuali iscrizioni sul campo saranno accettate ad un costo di 5€ massimo 1 ora prima dalla gara.

Conferme iscrizioni: entro 1 ora prima della rispettiva gara. Categorie giovanili: cumulative a cura di un dirigente o tecnico della società.

Premiazioni : Medaglia ricordo a tutti i partecipanti della categoria Esordienti "5" - "8"

Esordienti "10", Ragazzi e Cadetti : verranno premiati i primi **8 atleti classificati del CP di Latina** ed il primo **tesserato con società fuori provincia**.

Staffette: saranno premiate le prime **3 squadre** del CP di Latina.

Maglia ai Campioni Provinciali 2023 delle categorie Esordienti10, Ragazzi, Cadetti

- | | |
|--|---|
| - Cronometraggio : Time Tronics | - Segreteria : Sigma |
| - Servizio Giudici : GGG di Latina | - Responsabile Organizzativo : Giampiero Trivellato |
| - Delegato Tecnico : Antonella Veneziano | - Referente Tecnico : Davide Graziosi |
| - Starter: Gioacchino Nocerino | - Speaker: Antonio Sorrenti |

NOTE TECNICHE

Gli atleti dovranno presentarsi all'addetto ai concorrenti 20 minuti prima nelle corse e 30 minuti nei concorsi. Gli Esordienti 5&8 andranno direttamente in pedana ed alla partenza accompagnati dagli istruttori.

Nei concorsi gli Esordienti e Ragazzi avranno a disposizione 3 prove, i Cadetti 4 prove, gli Assoluti per questa prima gara della stagione, 4.

Le corse di velocità delle categorie Esordienti saranno con partenza in piedi, gli altri dai blocchi.

Il salto in Lungo Esordienti si effettuerà con stacco libero

La battuta del salto triplo sarà adattata al livello dei partecipanti

*Progressione Salto in Alto **Ragazze/i** :* 1.00-1.10-1.15-1.18-1.21-1.24-1.26 quindi di 2cm in 2cm

*Progressione Salto in Alto **Esordienti 10**:* 90-1.00-1.05- 1.10-1.13-1.16 quindi di 2cm in 2cm

13.00	RITROVO				
14.00	150 Es10 M				Martello A/J/S/M
14.30	150 Es10 F				
14.45		Triplo Ass F e M assieme			
14.50			Alto Ri		
15.00	80 Ass M				
15.25	80 Ass F				
15.30					Vortex Es 10 M
15.40	150 Ri	Lungo Ri (2 Ped)	Alto Re		
15.55	150 Re				
16.10					
16.20	150 Ci		Alto Es10 (2ped)		
16.30		Lungo Re (2 Ped)			Vortex Es 10 F
16.50	150 Ce				
17.15	300 Ass M		Peso Ri		
17.35	300 Ass F	Triplo Ce (2 Ped)			Giavellotto Ci
18.00	4x100 Ri				
18.20	4x100 Re	Triplo Ci	Peso Re		
18.40	4x100 Ci poi Ce				Giavellotto Ce
19.15	600 Ri/e				
19.30	1000 Ci/e				
19.45	1000 Ass M e F				

ESORDIENTI 5 & 8	
14.15 Ritrovo	
Rettilineo B e Pedana "Arrivo"	
<i>120 Eso 5M</i>	14.50
<i>Lungo Eso 5F</i>	14.55
<i>120 Eso 5F</i>	15.25
<i>Lungo Eso 5M</i>	15.30
<i>120 Eso 8M</i>	15.50
<i>Lungo Eso 8F</i>	15.55
<i>120 Eso 8F</i>	16.25
<i>Lungo Eso 8M</i>	16.30