



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA

## **40<sup>i</sup> CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI SU PISTA MASTER**

Enna, Stadio di Atletica Leggera "Tino Pregadio", 26 - 27 settembre 2015

Organizzazione: CL150 A.S.D. Track Club Master CL/EN089 A.S.D. Lib. Atletica Bellia

Il Comitato Regionale FIDAL Sicilia indice e le AA.SS.DD. Track Club Master CL e Lib. Atletica Bellia organizzano la 40<sup>a</sup> edizione dei Campionati Regionali Individuali su Pista Master maschili e femminili, valevoli per l'assegnazione del titolo regionale per ciascuna delle fasce d'età previste dalle norme sul tesseramento.

La manifestazione si svolgerà sabato 26 e domenica 27 settembre 2015 presso lo Stadio di Atletica Leggera "Tino Pregadio" di Enna.

### **Programma Tecnico**

#### **GARE UOMINI**

100-200-400-800-1500-5000-10.000, marcia km 5, 3000 siepi (35/59), 2000 siepi (60 ed oltre), 110 hs (35/49), 100 hs (50/69), 80 hs (70 ed oltre), 400 hs (35/59), 300 hs (60/79), 200 hs (80 ed oltre), alto, asta, lungo, triplo, peso, disco, martello, giavellotto, martello con maniglia corta, 4x100-4x400

#### **GARE DONNE**

100-200-400-800-1500-5000-10.000, marcia km 5, 2000 siepi (35 ed oltre), 100 hs (35/39), 80 hs (40 ed oltre), 400 hs (35/49), 300 hs (50/69), 200 hs (70 ed oltre), alto, asta, lungo, triplo, peso, disco, martello, giavellotto, martello con maniglia corta, 4x100-4x400

Per gli attrezzi e gli ostacoli si fa riferimento alle relative tabelle. Le progressioni dei salti in elevazione e le distanze di battuta nei salti in estensione sono stabiliti dal Delegato Tecnico.

### **Norme di Partecipazione**

Possono partecipare gli atleti Master (da 35 anni in poi) tesserati per società siciliane.

Ogni società può iscrivere un numero illimitato di atleti e di staffette.

Ogni atleta, nel complesso delle due giornate, può essere iscritto e prendere parte ad un massimo di tre gare individuali più una staffetta o di due gare individuali più due staffette, fermo restando che ciascun atleta non può prendere parte a più di due gare per giornata.

Gli atleti che partecipano ad una gara di corsa o di marcia superiore o uguale a m. 1000 possono prendere parte nello stesso giorno solare anche ad un'altra gara con esclusione delle gare di corsa, marcia, o frazioni di staffetta, superiori ai m. 400.

## **Norme Tecniche**

Le gare di corsa si effettuano a serie sulla base delle categorie di appartenenza e, nell'abito di queste, sulla base delle prestazioni riferite all'anno in corso e a quello precedente.

Nei lanci e nei salti in estensione sono previste tre prove per ogni atleta e tre prove di finale alla quale accedono i primi sei atleti delle eliminatorie per ciascuna fascia d'età.

Ciascuna staffetta deve essere composta da soli atleti delle categorie Masters, che possono appartenere a diverse fasce d'età. La fascia d'età di appartenenza della staffetta viene determinata al momento della conferma delle iscrizioni. La staffetta è collocata nella fascia d'età risultante dalla media dell'età dei componenti la staffetta stessa, secondo quanto indicato al punto 1.4 delle "Disposizioni Generali Attività Master".

**ISCRIZIONI ON LINE** (sulla sezione servizi on line del sito [www.fidal.it](http://www.fidal.it)) improrogabilmente entro le ore 24.00 di mercoledì 23 settembre.

Le iscrizioni devono essere confermate all'addetto ai concorrenti almeno un'ora prima della gara, esibendo la tessera federale (con la data del tesseramento) e un documento di riconoscimento.

Per informazioni: 3287160528 (Alessandro Giambra) - 3286235076 (Ettore Rivoli).

**Quote di iscrizione:** € 4,00 gara individuale - € 5,00 staffetta

## **Premiazioni**

saranno premiati i primi tre classificati di ogni categoria per ogni specialità.

Per quanto non contemplato nel presente regolamento si rimanda alle norme generali e specifiche emanate dalla FIDAL.

Il Comitato Regionale Fidal e le AA.SS.DD. Track Club Master CL e Lib. Atletica Bellia declinano ogni e qualsiasi responsabilità per incidenti o danni che possano verificarsi a persone, animali o cose prima, durante e dopo la manifestazione.

<b>PROGRAMMA ORARIO</b>					
<b>1ª giornata - sabato 26 settembre</b>			<b>2ª giornata - domenica 27 settembre</b>		
<b>orario</b>	<b>DONNE</b>	<b>UOMINI</b>	<b>orario</b>	<b>DONNE</b>	<b>UOMINI</b>
<b>14:30</b>	<b>Riunione Giuria e Concorrenti</b>		<b>8:00</b>	<b>Riunione Giuria e Concorrenti</b>	
<b>15:00</b>	<b>Martello</b>	<b>Martello</b>	<b>8:30</b>	<b>Giavellotto</b>	<b>Giavellotto</b>
<b>15:30</b>	<b>80 Hs 40 e oltre</b>		<b>8:30</b>	<b>Marcia Km 5</b>	<b>Marcia km 5</b>
<b>15:35</b>		<b>80 Hs 70 e oltre</b>	<b>9:10</b>	<b>5000</b>	<b>5000</b>
<b>15:40</b>	<b>100 Hs 35/39</b>		<b>9:30</b>	<b>Lungo</b>	<b>Lungo</b>
<b>15:45</b>		<b>100 Hs 50/69</b>	<b>10:00</b>	<b>200 Hs 70 e oltre</b>	
<b>15:50</b>		<b>110 Hs 35/49</b>	<b>10:05</b>		<b>200 Hs 80 e oltre</b>
<b>16:00</b>	<b>Martello con maniglia corta</b>	<b>Martello con maniglia corta</b>	<b>10:10</b>	<b>300 Hs 50/69</b>	
<b>16:10</b>	<b>100</b>		<b>10:15</b>		<b>300 Hs 60/79</b>
<b>16:15</b>		<b>100</b>	<b>10:20</b>	<b>400 Hs 35/49</b>	
<b>16:30</b>	<b>Triplo</b>	<b>Triplo</b>	<b>10:25</b>		<b>400 Hs 35/59</b>
<b>16:40</b>	<b>400</b>		<b>10:30</b>	<b>Asta</b>	<b>Asta</b>
<b>16:45</b>		<b>400</b>	<b>10:40</b>	<b>200</b>	
<b>17:00</b>	<b>Disco</b>	<b>Disco</b>	<b>10:50</b>		<b>200</b>
<b>17:05</b>	<b>1.500</b>		<b>11:00</b>	<b>Peso</b>	<b>Peso</b>
<b>17:15</b>		<b>1.500</b>	<b>11:05</b>	<b>800</b>	
<b>17:30</b>	<b>Alto</b>	<b>Alto</b>	<b>11:15</b>		<b>800</b>
<b>17:30</b>	<b>2000 siepi</b>		<b>11:30</b>	<b>4 x 400</b>	
<b>17:45</b>		<b>2000 siepi 60 e oltre</b>	<b>11:45</b>		<b>4 x 400</b>
<b>18:00</b>		<b>3000 siepi 35/59</b>			
<b>18:25</b>	<b>10.000</b>	<b>10.000</b>			
<b>19:20</b>	<b>4 x100</b>				
<b>19:30</b>		<b>4 x100</b>			

In base al numero degli iscritti o per cause di forza maggiore, il programma potrebbe subire variazioni, che saranno comunicate al momento della riunione giuria e concorrenti.