

Campionato Regionale Individuale su pista Assoluti

Cagliari – Stadio Comunale di Atletica Leggera
13-14 MAGGIO 2023

Dispositivo Tecnico

CONFERMA ISCRIZIONI

L'iscrizione dovrà essere confermata entro 1h prima della gara presso la segreteria tecnica.

Le iscrizioni non confermate entro il limite temporale indicato saranno considerate nulle.

La mancata partecipazione di atleti confermati ad una gara, preclude la partecipazione a gare successive della stessa manifestazione. (reg. 4.4 RT)

Tutte le Gare di corsa si svolgeranno per **SERIE** ad **ECCEZIONE dei 100 mt piani** dove ci saranno 2 finali con i migliori 16(sedici) tempi.

In tutte le gare a SERIE, gli atleti con i migliori accreditati gareggiano in ultima serie.

Nei concorsi l'ordine di salto e lancio verrà stabilito per sorteggio.

Nel Salto triplo e nei Lanci, gli atleti/e effettueranno Tre Prove Eliminatorie. I Primi OTTO Atleti/e Classificati effettueranno le ulteriori TRE Prove di Finale.

BATTUTA DI STACCO SALTO TRIPLO:

- A/J/P/S UOMINI: da stabilire in pedana (battuta m 9 o m 11)
- A/J/P/S DONNE: da stabilire in pedana (battuta m 7 o m 9 o m 11)

Per i tre salti finali tutti gli atleti o atlete salteranno, quando possibile, da un'unica distanza che sarà stabilita dall'Arbitro, sulla base delle loro misure ottenute nella fase eliminatoria.

SALTO CON L'ASTA: gli atleti/e avranno a disposizione TRE Prove ad ogni misura, seguendo la seguente progressione:

- A/J/P/S UOMINI: 300 – 320 – 340 – 355 – 370 – 385 – 400 - 420 - 430 – 4.40- 4.45 poi di 5 cm in 5 cm
- A/J/P/S DONNE: 265 – 275 – 285 – 295 – 305 poi di 5 cm in 5 cm
-

SALTO IN ALTO: gli atleti/e avranno a disposizione TRE Prove ad ogni misura, seguendo la seguente progressione:

- A/J/P/S UOMINI:1.50-1.60-1.70-1.80-1.85-1.88-1.91-1.94-1.97 .poi di 2 cm in 2 cm
- A/J/P/S DONNE :1.20-1.30-1.40-1.45- 1.50-1.55-1.60-1.65-1.67 , poi di 2cm in 2 cm
-

Cagliari, 11 Maggio 2023

IL DELEGATO TECNICO
Schirru Efsio Luigi