FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Regionale Sardo

CAMPIONATI INVERNALI DI LANCI 2020

ASSOLUTO – PROMESSE - GIOVANILE
II° PROVA REGIONALE
Oristano, 2 febbraio - "Stadio Comunale "L. Nurra e R. Sinis"

Il Comitato Regionale Sardo - Fidal, *indice, e il* ***Comitato Provinciale Fidal Oristano*** *organizza, i Campionati Invernali di Lanci 2020 - II° Prova Regionale,* manifestazione riservata alle Categorie:

- **CAMPIONATI ITALIANI ASSOLUTI INVERNALI DI LANCI**
  Programma Tecnico

Gare Uomini		Gare Donne	
Disco	Kg 2	Disco	Kg 1
Martello	Kg 7,260	Martello	Kg 4
Giavellotto	Kg 0,800	Giavellotto	Kg 0,600

- **CAMPIONATI ITALIANI PROMESSE INVERNALI DI LANCI**
  Programma Tecnico

Gare Uomini		Gare Donne	
Disco	Kg 2	Disco	Kg 1
Martello	Kg 7,260	Martello	Kg 4
Giavellotto	Kg 0,800	Giavellotto	Kg 0,600

- **CAMPIONATI ITALIANI GIOVANILI INVERNALI DI LANCI**
  Programma Tecnico

Gare Uomini		Gare Donne	
Disco	Kg 1,750	Disco	Kg 1
Martello	Kg 6	Martello	Kg 4
Giavellotto	Kg 0,800	Giavellotto	Kg 0,600

Norme di partecipazione alle prove regionali:
Come da regolamento nazionale pubblicato sul sito della FIDAL (www.fidal.it)

- **GARE DI CADETTI - CADETTE**
  Programma Tecnico

Gare Uomini		Gare Donne	
Disco	Kg 1,500	Disco	Kg 1
Martello	Kg 4	Martello	Kg 3
Giavellotto	Kg 0,600	Giavellotto	Kg 0,400

Le iscrizioni dovranno essere effettuate online attraverso il sito "Fidal.it – servizio online per Affiliazioni, Tesseramento, Iscrizioni" entro le ore 24:00 del giorno 30/01/2020.

PROGRAMMA ORARIO		
UOMINI	***ORE***	***DONNE***
RITROVO delle GIURIE e dei CONCORRENTI	***10:00***	***RITROVO delle GIURIE e dei CONCORRENTI***
MARTELLO • Cadetti Kg. 4,000 • Giovanili (Allievi-Juniores) KG. 6,000 • Promesse Kg. 7,260 • Assoluti (Senior-Over 35) Kg. 7,260	***10,30***	**MARTELLO** • Cadette Kg. 3,000 • Giovanili (Allieve-Juniores) KG. 4,000 • Promesse Kg. 4,000 • Assoluti (Senior-Over 35) Kg. 4,000
A SEGUIRE		
GIAVELLOTTO • Cadetti Kg. 0,600 • Giovanili (Allievi-Juniores) Kg. 0,800 • Promesse Kg. 0,800 • Assoluti (Senior-Over 35) Kg. 0,800		**GIAVELLOTTO C/A/J/P/S/ OVER 35** • Cadette Kg. 0,400 • Giovanili (Allieve-Juniores) Kg. 0,600 • Promesse Kg. 0,600 • Assoluti (Senior-Over 35) Kg. 0,600
DISCO • Cadetti Kg. 1,500 • Giovanili (Allievi-Juniores) Kg. 1,750 • Promesse Kg. 2,000 • Assoluti (Senior-Over 35) Kg. 2,000		**DISCO** • Cadette Kg. 1,000 • Giovanili (Allievei-Junior) Kg. 1,000 • Promesse Kg. 1,000 • Assoluti (Senior-Over 35) Kg. 1,00

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 il giorno 1/02/2020.

Cagliari, 10 gennaio 2020

F.I.D.A.L.
Comitato Provinciale Oristano

F.I.D.A.L.
Comitato Regionale Sardo