



**Federazione Italiana Di Atletica Leggera**  
**Comitato Provinciale di Latina**

**Sabato 22 aprile 2023 - LATINA**

**Campionati InterProvinciali di Società CADETTI**  
**CP Frosinone&Latina&Roma Sud**  
**2<sup>a</sup> giornata**

**e gare di contorno Ragazzi - Assoluti/Master**

**Programma Gare**

- ♦ **CADETTI** (2008/2009): **150 - 600 - 2000 - 300hs - Lungo - Alto - Peso - Martello - 4x100**
- ♦ **CADETTE** (2008/2009): **150 - 600 - 2000 - 300hs - Triplo - Asta - Disco - Giavellotto - 4x100**
- ♦ **RAGAZZE / I** (2010/2011): **60hs - 1000 - Lungo - Vortex**
- ♦ **All/Jun/Pro/Sen/Mast** : **100 -1500 - 400hs - Peso- Alto - Asta Lungo (solo atleti con personali inferiori a 6mt M e 5mt F)**

**Programma Orario**

14.00	RITROVO				
15.00	60hs Ri/e	Lungo Ri/e 2ped	Alto Ci	Asta Ce + Ass	Martello Ci
15.30	300hs Ci				
15.40	300hs Ce				
15.50	400hs Ass				Disco Ce
16.10	100 Ass	Lungo Ass -6mt 2p	Alto Ass	Peso Ci	
16.40	150 Ci				Giavellotto Ce
17.00	150 Ce				
17.25	600 Ci	Lungo Ci		Peso Ass	
17.40	600 Ce				Vortex Ri/e
18.00	4x100 Ci				
18.20	4x100 Ce	Triplo Ce			
19.00	1000 Ri/e				
19.20	2000 Ci/e				
19.40	1500 Ass M e F				

**NB** gli orari potranno subire variazioni in funzione del numero degli iscritti. Eventuali variazioni saranno pubblicate entro 24 ore dalla chiusura delle iscrizioni

**REGOLAMENTO**

La manifestazione è OPEN agli atleti fuori Regione.

Gli atleti possono partecipare ad un massimo di 2 gare o 1 gara più la staffetta

**Nelle Fasi Interprovinciali ogni atleta potrà partecipare a due gare per giornata o a una gara + staffetta e a non più di 4 gare nelle due giornate (tre gare individuali e una staffetta)**

**Costo Iscrizioni** come da regolamento Fidal Lazio

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](mailto:iscrizioni@fidallazio.it).

In entrambi i casi **le iscrizioni si chiuderanno** alle ore 24,00 di Giovedì 20 aprile 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 :**

**Ragazzi:** verranno premiati i primi **8 atleti** di ogni gara e verrà data la Maglia di Campioni Provinciali nelle gare 60hs, 1000 e Vortex per il CP di Latina.

**Cadetti :** verranno premiati i primi **6 atleti** classificati del concentramento RomaSud, FR, LT

**Staffette:** saranno premiate le prime **3 squadre** dei CP del concentramento.

- Cronometraggio : Time Tronics

- Segreteria : Sigma

- Servizio Giudici : GGG di Latina

- Responsabile Organizzativo : Giampiero Trivellato

- Delegato Tecnico :

- Referente Tecnico :

- Starter:

- Speaker: Antonio Sorrenti

## **NOTE TECNICHE**

Gli atleti dovranno presentarsi all'addetto ai concorrenti 20 minuti prima nelle corse e 30 minuti nei concorsi.

Nei concorsi i Ragazzi avranno a disposizione 3 prove, i Cadetti 4 prove, gli Assoluti 3+3 di finale.

Le corse di velocità saranno dai blocchi e per i Master a scelta.

La battuta del salto Triplo Cadette sarà adattata al livello dei partecipanti.

La gara di Peso Assoluti si effettuerà con gli attrezzi di categoria.

*Progressione Salto in Alto All/Ass/Mast M:* 1.10-1.20-1.30-1.35-1.40-1.45-1,50 quindi di 3cm in 3cm

*Progressione Salto in Alto All/Ass/Mast F:* 1.00-1.10-1.15-1.20-1.25-1.30 quindi di 3cm in 3cm

*Progressione Salto con l'Asta All/Ass/Mast M&F:* 2.00-2.20-2.40-2.60-2.70...3.50-3.55-3.60...