



FEDERAZIONE ITALIANA  
DI ATLETICA LEGGERA

---

**Comitato Provinciale Sassari**

---

Manifestazione Provinciale  
**Porto Torres – Sabato 22 marzo 2025**

Il giorno 22/03/2025, il Comitato Provinciale FIDAL di Sassari in collaborazione con l'Atletica Leggera Porto Torres organizza una manifestazione provinciale per le categorie Esordienti M/F Ragazzi/e Cadetti/e

**PROGRAMMA TECNICO**

Es 5 M/F	40 mt – 200 mt (Esibizione).
Es 8 M/F	50 mt – Salto in Lungo
Es. 10 M/F	50 mt – Salto in Alto – Marcia mt 400
Ragazzi/e	60 mt – Salto in Lungo – Lancio del peso – 4x100
Cadetti/e	80 mt – 1000 Mt – Marcia 2-3 Km – Salto in alto

**Norme di partecipazione:** le iscrizioni devono essere fatte on-line sul sito fidal.it entro e non oltre le 24.00 di mercoledì 19 marzo 2025. Gli atleti possono partecipare a 2 gare (compresa la staffetta).

Le prove esordienti 5 saranno svolte nella forma dell'esibizione.

Nella categoria ragazzi/e, nel caso di numero elevato di iscrizioni per le gare di Getto del peso e salto in lungo, si potrà decidere di concedere due prove.

Nel salto in lungo es. 8 M/F sono previste due prove.

E' prevista la medaglia di partecipazione per tutti gli esordienti. 5/8/10 M. F.

Previsto cronometraggio elettrico.

Tassa gara: Euro 2 per ogni gara. Gli importi verranno addebitati sul conto on line.

Per quanto non previsto dal presente dispositivo si rinvia al RTI, alle norme Organizzazioni manifestazioni 2025.

Il presente orario è indicativo e potrà subire variazioni dopo le iscrizioni per il buon andamento della manifestazione.

<b>PROGRAMMA ORARIO</b>		
<b>Maschile</b>	<b>Ore</b>	<b>Femminile</b>
<b>Ritrovo giurie e concorrenti</b>	<b>15,00</b>	<b>Ritrovo giurie e concorrenti</b>
<b>Chiusura Conferme</b>	<b>15,30</b>	<b>Chiusura Conferme</b>
Salto in alto Es 10 Salto in lungo Es 8	<b>16,00</b>	60 Ragazze
60 Mt ragazzi	<b>16,20</b>	
40 Mt Es 5	<b>16,30</b>	40 Mt Es 5
Lancio del peso Ragazzi	<b>16,45</b>	Salto in lungo ES 8
	<b>17,00</b>	Salto in alto Es 10 50 Mt. Es. 10
50 Mt. Es 10	<b>17,20</b>	
Salto in lungo Ragazzi	<b>17,30</b>	80 Mt. cadette
80 Mt. cadetti	<b>17,40</b>	
Mt. 200 Es 5	<b>17,50</b>	Mt. 200 Es 5
	<b>18,00</b>	50 Mt Es 8 Salto in alto Cadette
	<b>18,15</b>	Salto in Lungo Ragazze
50 Mt Es 8	<b>18,20</b>	
	<b>18,45</b>	Mt. 1000 cadette
Mt. 1000 cadetti Salto in alto cadetti	<b>18,55</b>	
Marcia 400 Mt es 10	<b>19,00</b>	Marcia 400 Mt es 10
	<b>19,10</b>	4 x 100 Ragazze
4x100 ragazzi	<b>19,15</b>	
Marcia Km 3 cadetti	<b>19,20</b>	Marcia Km 2 cadette

**Progressioni salto in alto:**

Eso 10	0,80	0,90	1,00	1,05	1,10	1,13	+2 cm alla volta
Cadetti	1,20	1,30	1,40	1,45	1,50	1,53	+3cm alla volta
Cadette	1,10	1,20	1,25	1,30	1,35	1,40	+3 cm alla volta

Il presidente del CP Sassari  
G. Salaris