

CAMPIONATO INDIVIDUALE MASTER SU PISTA FASE REGIONALE

MACOMER - STADIO SCALARBA
SABATO 20 - DOMENICA 21 GIUGNO 2026

La Fidal, Comitato Regionale Sardo e la società C.S. Fiamma Macomer organizzano il Campionato Individuale Regionale Master su Pista – Fase Regionale.

ISCRIZIONI

ATTENZIONE: Le iscrizioni dovranno essere effettuate esclusivamente in modalità online, attraverso l'apposita sezione riservata alle società sul sito federale www.fidal.it entro le ore 24.00 del 17/06/2026.

Le iscrizioni degli atleti stranieri e degli atleti tesserati per società al di fuori della Regione Sardegna sono subordinate al rispetto delle Norme Attività 2026.

SUL POSTO GARA NON POTRANNO ESSERE EFFETTUATE NUOVE ISCRIZIONI

TASSE GARA

Le tasse di iscrizione saranno addebitate direttamente sul conto online delle Società partecipanti. Si invitano pertanto le Società a verificare preventivamente la disponibilità di un saldo sufficiente alla copertura degli importi dovuti.

Per le **Società fuori regione**, il pagamento dovrà essere effettuato tramite bonifico bancario entro le ore 24:00 della data di scadenza delle iscrizioni, utilizzando il seguente IBAN: IT14W0100504802000000100023.

Nella causale dovranno essere indicati il codice della Società e la data della manifestazione per la quale si effettua il pagamento.

Copia della distinta di pagamento dovrà essere inviata all'indirizzo e-mail cristina.sedda@fidal.it

Categoria	Tassa Atletica/Gara	Tassa Atletica/Gara FUORI REGIONE
Master	€ 3,50	€ 7,00

AMMENDA PER ISCRIZIONI EFFETTUATE OLTRE IL TERMINE PREVISTO

Le iscrizioni tardive saranno accettate se inviate entro le ore 12:00 del venerdì precedente la manifestazione, all'indirizzo email cristina.sedda@fidal.it, previo pagamento della sanzione federale prevista, come stabilito dalle quote associative. Master m/f € 3,00.

Le conferme potranno essere effettuate online sul sito federale FIDAL dalle ore 12.30 alle ore 24.00 di Venerdì 19. In alternativa, la conferma delle iscrizioni dovrà essere effettuata da un dirigente della società al momento della consegna delle buste, entro 60 minuti dall'orario di inizio della manifestazione. Trascorso tale termine, tutte le iscrizioni saranno considerate confermate d'ufficio. Non saranno consentite modifiche dopo la scadenza delle iscrizioni.

REGOLAMENTO GARA

Nei Campionati Regionali Individuali su pista in ciascuna giornata di gara gli atleti possono partecipare a due gare individuali più una staffetta oppure a una gara individuale e due staffette. (C.N. 5 giugno).

Nelle gare riservate esclusivamente ai Master non è obbligatorio per gli atleti l'utilizzo dei blocchi di partenza o il contatto con il terreno con una o due mani all'atto della partenza.

Nelle gare riservate esclusivamente ai Master, un atleta viene squalificato solo se commette due false partenze.

Gli atleti che partecipano ad una gara di corsa superiore ai m 1000 possono prendere parte nella stessa giornata anche ad altre gare (compresa la staffetta), con esclusione delle gare superiori ai m 400.

Nei lanci e nei salti in estensione (lungo e triplo) sono previste tre prove per ogni atleta e tre prove di finale alla quale accedono i primi 6 atleti delle eliminatorie, per ciascuna fascia d'età.

Per il peso degli attrezzi e l'altezza degli ostacoli si fa riferimento alle relative tabelle.

Le progressioni dei salti in elevazione e le distanze di battuta nei salti in estensione saranno stabiliti dal Delegato Tecnico.

Il Campionato è da intendersi "open". È quindi possibile la partecipazione "fuori classifica" degli atleti di altra provincia, regione o nazione nel caso in cui non è previsto lo svolgimento del medesimo Campionato nel territorio di appartenenza dell'atleta richiedente nello stesso giorno o nelle stesse date, pena l'annullamento del risultato.

LA MANCATA PARTECIPAZIONE ALLA GARA DOPO LA CONFERMA DETERMINA L'ESCLUSIONE DALLE GARE SUCCESSIVE.

PREMIAZIONI

Verranno premiati i primi tre atleti MASTER di ogni categoria per gara M/F.

PROGRAMMA TECNICO

Gare Uomini:

100-200-400-800-1500-5000-3000 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-marcia 5000m-martello con maniglia corta.

Gare Donne:

100-200-400-800-1500-5000-2000 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-marcia 5000m- martello con maniglia corta

SABATO 20 GIUGNO

UOMINI		ORE	DONNE	
<i>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</i>		16.00	<i>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</i>	
Peso 2 gruppi (da SM 60 a SM 85) 9 (da SM 45 a SM 55) 9	Mt 100 hs -h91 SM50	17.00		Martello Lungo
	Mt 100hs -h84 SM 60	17.10		
	Triplo	17.20	Mt 100	
	Mt 100	17.30		
		17.50	Mt 400	
	Alto	18.00		
	Martello	18.15	Staffetta 4x100	Peso
	Staffetta 4x100	18.25		
		18.35	Mt 1500	
	Mt 1500 (2serie)	18.45		
		19.05	Marcia Mt 5000	Martello M. Corta
	Marcia Mt 5000	19.40		
Martello M. Corta		19.50		

DOMENICA 21 GIUGNO

UOMINI		ORE	DONNE	
<i>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</i>		9.00	<i>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</i>	
		09.30	Mt 5000	
Asta		09.45		
	Mt 5000 (2serie)	10.00		Disco
Lungo		10.15		
Disco 2 gruppi (da SM 70 a SM 85) 12 (da SM 45 a SM 65) 9		11.00	Mt. 800	
	Mt 800	11.05		Giavellotto
		11.15		
	Mt 300Hs-h68,6 SM 70	11.20		
	Mt 300 Hs-h76 SM 60	11.25		
	Mt 400 Hs-h84 SM 55	11.40		
		11.50	Mt 200	
	Mt 200	12.00		
Giavellotto		12.15		
		12.30	Staffetta 4x400	
	Staffetta 4x400	12.40		

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

Cagliari, 18 giugno 2026