

**6<sup>A</sup> MANIFESTAZIONE INDOOR  
CAMPIONATI REGIONALI INDOOR INDIVIDUALI  
MASTER M/F**

**Gare extra assoluti m/f.  
Iglesias – loc. Ceramica  
Domenica 09 Febbraio 2025**

La Fidal, Comitato Regionale Sardegna indice e organizza con la collaborazione della ASD Atletica Iglesias la 6<sup>a</sup> giornata Indoor, Campionati Regionali Indoor Individuali Master M/F, gare extra assoluti.

**NORME TECNICHE MASTER:**

**Le Corse:** si effettuano tutte con il sistema delle Serie.

La composizione delle serie viene fatta sulla base delle prestazioni riferite all'anno in corso e precedente, indipendentemente dalla fascia d'età dell'atleta.

I migliori tempi correranno nella prima serie.

L'assegnazione delle corsie è determinata in base ai tempi di accredito, con le modalità previste dal RTI.

**Lungo e Triplo:** si effettuano con eliminatorie e finali per ciascuna fascia d'età.

Accedono alla finale, per ogni fascia d'età, i migliori 6 atleti dopo le prove di qualificazione.

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

Per quanto non specificato nel presente Regolamento, si rimanda alle norme attività e al RTI, validi per l'anno in corso.

*La conferma delle iscrizioni o eventuali modifiche alle stesse, dovrà avvenire alla consegna buste entro 60 min dalla partenza della gara da parte di un dirigente della società. Trascorso il termine dei 60 min le iscrizioni saranno da ritenersi nulle.*

**PREMIAZIONI:** verranno premiati i primi tre atleti Master M/F di ogni fascia di età.

PROGRAMMA ORARIO DEFINITIVO		
UOMINI	ORE	DONNE
<b>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</b>	<b>10:00</b>	<b>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</b>
	<b>10:45</b>	<b>Lungo A/J/P/S/Master</b>
	<b>11:00</b>	<b>Metri 60 A/J/P/S (batterie)</b>
<b>Metri 60 A/J/P/S (batterie)</b>	<b>11:15</b>	
<b>Lungo A/J/P/S</b>	<b>11:30</b>	
	<b>11:40</b>	<b>Metri 60 Master</b>
<b>Metri 60 Master</b>	<b>12:00</b>	
	<b>12:25</b>	<b>60 hs 76-8.00 Master SF 45</b>
<b>60 hs 76-8.00 Master SM 70</b>	<b>12:30</b>	
<b>60 hs 91-8.50 Master SM 50</b>		
<b>Lungo Master</b>	<b>12:40</b>	
<b>60 hs 0.91-9.14 Allievi</b>	<b>12:50</b>	
	<b>13:00</b>	<b>Metri 60 A/J/P/S (finali)</b>
<b>Metri 60 A/J/P/S (finali)</b>	<b>13:10</b>	
<b>Triplo Master</b>	<b>13:20</b>	
	<b>13:30</b>	<b>Asta A/J/P/S</b>
<b>Alto A/J/P/S/Master</b>		
<b>Asta A/J/P/S</b>	<b>14:00</b>	

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

Cagliari, 06 Febbraio 2025  
ASD ATLETICA IGLESIAS

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