



**MEETING REGIONALE ESORDIENTI M/F  
SAINT-CHRISTOPHE - SABATO 11 SETTEMBRE 2021**

**sede della manifestazione:** Saint-Christophe

**organizzazione:** Atl. Calvesi – CR Fidal

**orario:** ritrovo ore 14.30 - conferma iscrizioni ore 15.00 - inizio gare ore 15.30

**iscrizioni:** via email a [cristyna@pont-donnas.it](mailto:cristyna@pont-donnas.it), entro le 20:00 di venerdì 10 settembre

**programma gare:**

esordienti 10 = triathlon (50MF-lungoF-altoM-300MF)

esordienti 5-8 = triathlon (40hs+vortex+300m)

**norme tecniche esordienti 10**

- 50m piani. Si corre in corsia con partenza all'impiedi.
- salto in lungo. Rincorsa normale, stacco a 1 piede da una zona delimitata con gesso bianco, posta a 50cm dalla buca, di 50cm di profondità x 1,20 m di larghezza. Arrivo nella sabbia. Si misura dall'impronta lasciata sul gesso. Per il resto valgono le regole normali.
- salto in alto. Ciascun concorrente ha a disposizione 2 tentativi per ciascuna misura. Progressione gara: 0.80-0.85-0.90-0.95-1.00-1.05-1.08-1.11-1.14-1.17-1.20-1.22-segue di 2cm
- 300m. Si corre in corsia con partenza all'impiedi.

**norme tecniche esordienti 5-8**

- 40m con gli ostacoli (4hs x 0.40 -11-6-11)
- La prova di 300m viene corsa in linea a gruppi di 8-10 concorrenti per volta.
- Il vortex viene lanciato da fermo e deve cadere all'interno del settore di lancio. Ogni concorrente effettua 1 lancio di prova e 3 lanci regolarmente misurati (si consiglia l'utilizzo di picchetti segna-lanci)

**premi**

Sono previsti premi per i migliori classificati maschili e femminili.

**quote di iscrizione**

La quota di iscrizione è fissata in 3 euro ad atleta.

**cronometraggio e giurie**

Il cronometraggio è a carico della società organizzatrice che può utilizzare l'apparecchiatura messa a disposizione del Comitato regionale Fidal (crono semi-elettrico).

Le giurie (partenza, arrivo, concorsi vari) sono formate dagli istruttori e/o tecnici delle varie società partecipanti.

La segreteria Sigma è fornita dal GGG Valle d'Aosta. Il giudice designato funge anche da Delegato tecnico.

**norme covid**

L'accesso all'impianto è regolamentato dal protocollo covid emanato dalla Fidal e reperibile sul sito [fidal.it](http://fidal.it) nella sezione Covid-19.

Il pubblico potrà accedere all'impianto solo se munito di green pass