



FEDERAZIONE ITALIANA  
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale Valle D'Aosta



COMUNE DI  
DONNAS

# HIGH SPEED LEAGUE DONNAS

DOMENICA  
**12**  
LUGLIO  
**2026**

MEETING REGIONALE  
DI ATLETICA LEGGERA  
SU PISTA



STADIO INTERCOMUNALE  
**'CRESTELLA'**  
DONNAS (AO)



RITROVO  
ORE **13.00**



INIZIO GARE  
ORE **14.00**

## PROGRAMMA GARE

### • HIGH SPEED LEAGUE

100 M/F - 200 M/F - 400 M/F  
100hs F (0.84) - 110hs M (1.06)

### • EXTRA HSL

100hs AF (0.76) - 110hs AM (0.91)  
triplo M (pedane 11-13m) - lungo F  
disco M/F (F kg 1 - M kg 2)  
4x400 mista (M+F+M+F)

### • CADETTI/E

duathlon sprint (80m + 150m)



## PARTECIPAZIONE

Riservata agli atleti tesserati per l'anno in corso categorie Allievi-Juniores-Promesse-Seniores, maschili e femminili. Sono previste gare di contorno per le categorie Cadetti maschile e femminile.



## ISCRIZIONI

On line entro le ore 21.00 di giovedì 9 luglio.

Non sono accettate iscrizioni sul campo. L'orario delle gare sarà pubblicato sulla pagina Iscritti della manifestazione, sul sito federale dopo la chiusura delle iscrizioni.



## QUOTA DI ISCRIZIONE

- € 8,00 per ciascuna gara
- € 10,00 per ciascuna staffetta

Il duathlon sprint cadetti MF è considerato come gara unica.

### PAGAMENTO ENTRO VENERDÌ 10 LUGLIO

• Bonifico bancario sul C/C intestato a ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA QA SPORTS - BANCA SISTEMA MILANO - IBAN IT20G0315801600CC1022002957

• Pagamento con CARTA DI CREDITO sul conto Paypal [paypal.me/meetingQA](https://www.paypal.me/meetingQA)

Inviare copia della ricevuta del pagamento, unitamente all'elenco degli atleti a [gasportsmedia@gmail.com](mailto:gasportsmedia@gmail.com) (Silvia Servadei tel. 3339557317)

Il mancato pagamento comporta l'annullamento dell'iscrizione.



## REGOLAMENTO

- Gli atleti possono prendere parte ad un massimo di due diverse specialità individuali.
- La gara dei 100m piani maschile e femminile si svolgerà con batterie e finale (migliori 12 tempi).
- Le altre gare di corsa si svolgeranno a serie.
- Nei concorsi si effettueranno 3 prove di qualificazione e ulteriori 3 prove di finale per i migliori 8 atleti.
- La categoria cadetti prende parte al "duathlon sprint" con classifica stilata in base alla somma dei punteggi ottenuti.



## PREMI

Saranno premiati i primi tre classificati di ogni gara maschile e femminile.

Eventuali altri premi saranno comunicati il giorno della gara.

## RINVIO

Per quanto non contemplato dal presente dispositivo, su fa riferimento alle norme tecniche e ai regolamenti della Federazione Italiana di atletica leggera.

VELOCITÀ, PASSIONE,  
SPETTACOLO.  
**ATLETICA!**