

10[^] GIORNATA TROFEO REGIONALE ASSOLUTI

GARE EXTRA CADETTI/E

QUARTUCCIU 21 LUGLIO 2024

Campo comunale "R. Piras"

La **Fidal Comitato Regionale Sardo** organizza, con la collaborazione della Società Atletica Selargius, domenica 21 luglio 2024, presso il campo comunale di Quartucciu, la 10^a manifestazione regionale su pista riservata alle categorie Assolute Maschili e Femminili con gare extra Cadetti e Cadette .

Le iscrizioni degli atleti si effettueranno on-line attraverso il sito www.fidal.it – servizio on-line entro le ore 24:00 di martedì 16 luglio 2024 .

Sul posto gara non potranno essere effettuate nuove iscrizioni.

Le iscrizioni degli atleti stranieri e degli atleti tesserati per società al di fuori della Regione Sardegna sono subordinate al rispetto delle Norme Attività 2024.

REGOLAMENTO GARA

- Cadetti e cadette potranno prendere parte ad una sola gara.
- Ogni atleta ASSOLUTO potrà prendere parte ad un massimo di due gare .
- Nei concorsi i cadetti e le cadette faranno 4 prove.
- *Per la partecipazione alla gara dei 5000 mt assoluta sono previsti minimi di partecipazione i cui tempi devono essere ottenuti in pista con cronometraggio elettrico:
- 5000 mt uomini 18:00 - mt 3000 10:00 – mt 10.000 37:00
- 5000 mt donne 21:00 – mt 3000 12:00 – mt 10000 42:00
- Eventuali disdette di partecipazione alle singole gare per gli atleti già confermati possono essere effettuate almeno 60 minuti prima dell'orario previsto per la gara.
- **LA MANCATA PARTECIPAZIONE ALLA GARA DOPO LA CONFERMA DETERMINA L'ESCLUSIONE DALLE GARE SUCCESSIVE.**
- **gli atleti ASSOLUTI, possono utilizzare l'attrezzo della propria categoria.**

Per quanto non previsto si fa riferimento alle Norme Attività 2024.

ORARIO MANIFESTAZIONE

UOMINI		ORE	DONNE	
RITROVO GIURIE e CONCORRENTI		9.00	RITROVO GIURIE e CONCORRENTI	
Martello CM Martello A/J/P/S		09.45	*5000 Mt A/J/P/S	Asta CF - Asta A/J/P/S
		10.00		Lungo A/J/P/S
	*5000 Mt A/J/P/SM	10.10		
	400Hs A/J/P/S	10.40		
		10.50	400Hs A/J/P/S	
Alto J/P/SM -CM		11.00	300hs CF	
	300hs CM	11.05		
Lungo A/J/P/S		11.10	300 mt CF	
	300 mt CM	11.15		
		11.25	200 Mt A/J/P/S	Martello CF Martello A/J/P/S
	200 Mt A/J/P/SF	11.35		
		11.50	800 Mt A/J/P/S	Triplo CF
Giavellotto CM Giavellotto A/J/P/S	800 Mt A/J/P/SM	12.00		
		12.15	2000 Mt CF	
Triplo CM	2000 Mt CM	12.30		
		12.45	4X400 A/J/P/S	
	4X400 A/J/P/S	12.55		
		13.00		Giavellotto CF Giavellotto A/J/P/S

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

Cagliari, 28 giugno 2024