



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale LAZIO

DISPOSITIVO TECNICO – ORGANIZZATIVO

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI INDOOR

All/Jun/Pro/Sen

Casal del Marmo (Roma), Sabato e Domenica 30/31 Gennaio 2016

ORGANIZZAZIONE: COMITATO REGIONALE FIDAL LAZIO – Via Flaminia Nuova, 830 - 00191 – Roma
Tel: 06.33221775 – Email: tecnico.lazio@fidal.it

IMPIANTO LUOGO GARA: Centro Sportivo Polizia Penitenziaria - CASAL DEL MARMO - Pistino Indoor.
Via Giuseppe Barellai, 140 - Roma

GARA ONLINE: CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI INDOOR – All/Jun/Pro/Sen – 30/31 Gennaio 2016.
Riferimento per le iscrizioni online **ID 609991** – primo campo a sinistra che ordina l'elenco delle gare disponibili.

ISCRIZIONI: Le iscrizioni potranno essere effettuate esclusivamente Online attraverso il sito federale nella sezione Servizi Online. Per eventuali problemi e informazioni procedurali contattare il referente iscrizioni telefonicamente. **Le iscrizioni termineranno Giovedì 28 Gennaio 2016 alle ore 24:00.**

PUBBLICAZIONE l'elenco degli iscritti sarà pubblicato Venerdì 29 Gennaio 2016 sul sito Regionale, dopo le
ISCRIZIONI: ore 15:00. Raccomandiamo a tutti di verificare l'esattezza delle operazioni di iscrizione svolte online.

CONFERMA ISCRIZIONI: entro 60' prima dell'inizio della gara. entro 60' prima dell'inizio della gara: **le tasse di iscrizione si pagano in base agli iscritti per le categorie C/A/J/P/S/Mas; per le categorie Esordienti e Ragazzi/e si pagano in base ai confermati; il pagamento avverrà in sede di conferma iscrizioni, a cura di un dirigente della società; in caso di mancato pagamento, l'importo potrà essere saldato presso la sede del Comitato Regionale entro 7 giorni, trascorsi i quali verrà scalato direttamente dal conto on-line; per gli atleti fuori regione il pagamento potrà essere effettuato esclusivamente sul posto.**

REFERENTI: **Ref. Organizzativo:** Valerio Viola – cell. 339.1120556
Ref. Tecnico: Flavio Rambotti – cell. 393.9860593
Ref. Iscrizioni: Luigi Botticelli – cell. 335.7624042 – Email: botticelli@fidallazio.it

PROGRAMMA TECNICO: 60mt, 60Hs, Alto, Asta, Lungo, Triplo, Peso

PREMIAZIONI: Verranno premiati i primi 3 atleti/e classificati di ogni gara e per ogni categoria maschile e femminile. Al primo classificato di ogni gara verrà consegnata la maglia di Campione Regionale indoor 2016.

REGOLAMENTI: I regolamenti dei Campionati sono consultabili sul sito www.fidallazio.org sezione Calendario e Regolamenti “Campionati Regionali Individuali Indoor All/Jun/Pro/Sen” - pagina 35.

PROGRESSIONI Allieve: 1.30-1.40-1.45-1.50-1.53-1.55-1.57 quindi di 2cm in 2cm

SALTO IN ALTO J/P/S: 1.40-1.45-1.50-1.55-1.60-1.63-1.66-1.69-1.72-1.74 quindi di 2cm in 2cm

Allievi: 1.40-1.50-1.60-1.65-1.70-1.73-1.76-1.79-1.81 quindi di 2cm in 2cm

J/P/S: 1.60-1.70-1.80-1.85-1.88-1.91-1.94 quindi di 3cm in 3cm

PROGRESSIONI Allieve: 1.80-1.90-2.00-2.10-2.20 quindi di 5cm in 5cm

SALTO CON L’ASTA J/P/S: 1.80-1.90-2.00-2.10-2.20-2.30-2.40 quindi di 5cm in 5cm

Allievi: 2.20-2.40-2.60-2.80 quindi di 10cm in 10cm fino a 3.90 poi di 5cm in 5cm

J/P/S: 2.70-3.00-3.30-3.60-3.80-4.00 quindi di 10cm in 10cm fino a 5.00 poi di 5cm in 5cm

PESO DEGLI ATTREZZI: Getto del peso Allievi: 5 kg
Getto del peso Allieve: 3 kg
Getto del peso Juniores Uomini: 6 kg
Getto del peso Pro/Sen Uomini: 7,260 kg
Getto del peso Jun/Pro/Sen Donne: 4 kg



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale LAZIO

PROGRAMMA ORARIO

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI INDOOR

All/Jun/Pro/Sen

Casal del Marmo (Roma), Sabato e Domenica 30/31 Gennaio 2016

PROGRAMMA 1^ Giornata - RITROVO ORE 14:15		
ORARIO	GARA	CATEGORIA
15:30	Salto in Alto	Allieve + Junior F + Promesse/Senior F
15:30	Salto con l'Asta	Allievi + Junior M + Promesse/Senior M
15:30	Salto in Lungo	Allieve + Junior F + Promesse/Senior F
17:00	Salto in Alto	Allievi + Junior M + Promesse/Senior M
17:00	Salto in Lungo	Allievi + Junior M + Promesse/Senior M

NOTA BENE: *Gli orari potranno subire variazioni in base al numero degli iscritti.*

PROGRAMMA 2^ Giornata - RITROVO ORE 9:15 (Mattina)		
ORARIO	GARA	CATEGORIA
10:30	Salto con l'Asta	Allieve + Junior F + Promesse/Senior F
10:30	Salto Triplo	Allieve + Junior F + Promesse/Senior F
10:30	Getto del Peso	Allieve + Junior F + Promesse/Senior F
11:45	Salto Triplo	Allievi + Junior M + Promesse/Senior M
11:45	Getto del Peso	Allievi + Junior M + Promesse/Senior M

RITROVO ORE 13:45 (Pomeriggio)		
15:00	60 m Hs (h 0.76) – batterie	Allieve
15:10	60 m Hs (h 0.84) – batterie	Junior F
15:20	60 m Hs (h 0.84) – batterie	Promesse F
15:30	60 m Hs (h 0.84) – batterie	Senior F
15:40	60 m Hs (h 0.91) – batterie	Allievi

15:50	60 m Hs (h 1.00) – batterie	Junior M
16:00	60 m Hs (h 1.06) – batterie	Promesse M
16:10	60 m Hs (h 1.06) – batterie	Senior M
16:20	60 m Hs (h 0.76) – Finale	Allieve
16:30	60 m Hs (h 0.84) – Finale	Junior F
16:35	60 m Hs (h 0.84) – Finale	Promesse F
16:40	60 m Hs (h 0.84) – Finale	Senior F
17:50	60 m Hs (h 0.91) – Finale	Allievi
17:00	60 m Hs (h 1.00) – Finale	Junior M
17:10	60 m Hs (h 1.06) – Finale	Promesse M
17:15	60 m Hs (h 1.06) – Finale	Senior M
17:30	60 m - batterie	Allieve
17:40	60 m – batterie	Junior F
17:50	60 m – batterie	Promesse F
18:00	60 m – batterie	Senior F
18:10	60 m – batterie	Allievi
18:20	60 m - batterie	Junior M
18:30	60 m - batterie	Promesse M
18:40	60 m - batterie	Senior M
19:00	60 m – Finale	Allieve
19:10	60 m – Finale	Junior F
19:15	60 m – Finale	Promesse F
19:20	60 m – Finale	Senior F
19:25	60 m – Finale	Allievi
19:30	60 m – Finale	Junior M
19:35	60 m – Finale	Promesse M
19:40	60 m – Finale	Senior M

NOTA BENE: *Gli orari potranno subire variazioni in base al numero degli iscritti.*