



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale LAZIO

DISPOSITIVO TECNICO – ORGANIZZATIVO

CAMPIONATO ITALIANO DI SOCIETA' ASSOLUTO SU PISTA

2^ PROVA REGIONALE

E

RECUPERO GARE CDS ALLIEVI/E

1^ PROVA REGIONALE

Stadio "Raul Guidobaldi" di Rieti, Sabato e Domenica 21/22 Maggio 2016

ORGANIZZAZIONE: COMITATO PROVINCIALE FIDAL RIETI - Via dello Sport, 1 – 02100 - RIETI
Tel e Fax. 0746.270085/271773 - **E-mail:** milardi@hotmail.it

IMPIANTO LUOGO GARA: STADIO "RAUL GUIDOBALDI" - Viale E.G. Duprè Theseider, 2 - RIETI

GARA ONLINE: CDS ASSOLUTO SU PISTA – (2^ Prova Regionale) 21/22 Maggio 2016. Riferimento per le iscrizioni online **ID610852** – 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 19 Maggio 2016 alle ore 24:00.**

PUBBLICAZIONE ISCRIZIONI: l'elenco degli iscritti sarà pubblicato Venerdì 20 Maggio 2016 sul sito Regionale, dopo le 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 da effettuare con il tesserino FIDAL. Si ricorda a tutti gli atleti di munirsi di tesserino FIDAL e/o documento di identità da esibire alla Call Room prima dell'ingresso in campo.

PROGRAMMA TECNICO: UOMINI 1^ giornata = 100mt, 400mt, 1500mt, 3000st, 110Hs, 4x100mt
Asta, Triplo, Disco, Giavellotto, Marcia 10km
2^ giornata = 200mt, 800mt, 5000mt, 400Hs, 4x400mt
Alto, Lungo, Peso, Martello

DONNE 1^ giornata = 100mt, 400mt, 1500mt, 3000st, 100Hs, 4x100mt
Alto, Triplo, Peso, Martello, Marcia 5km
2^ giornata = 200mt, 800mt, 5000mt, 400Hs, 4x400mt
Asta, Lungo, Disco, Giavellotto

ALLIEVE recupero gare CDS = Alto, Asta, Disco, 400 hs, Lungo, Giavellotto

ALLIEVI recupero gare CDS = 400 hs, Alto, Peso, Lungo

N.B. ALLE GARE DI RECUPERO DEL CDS ALLIEVI POTRANNO PARTECIPARE SOLO GLI ATLETI ISCRITTI ALLE GARE NON DISPUTATE

REFERENTI: *Ref. Organizzativo:* Alberto Milardi – cell. 347.5047764
Ref. Tecnico: Emilio De Bonis – cell. 333.3901682
Ref. Iscrizioni: Luigi Botticelli – cell. 335.7624042 – email: botticelli@fidallazio.it

PROGRAMMA ORARIO – 1^giornata - RITROVO ORE 13:15

ORARIO	UOMINI	DONNE
14:30		Martello
15:00	Salto con l'Asta	
15:00	110 Hs	
15:15		100 Hs
15:30	100 mt	Salto Triplo
16:05	Disco	100 mt
16:40	400 mt	Salto in Alto + recupero Alto cda allieve
17:00		Getto del Peso
17:15	Salto Triplo	400 mt
17:45	3000 st	
18:05	Giavellotto	3000 st
18:20	1500 mt	
18:40		1500 mt
19:00	Marcia (Km. 10)	Marcia (km. 5)
19:05	4x100 mt (corsie esterne)	
19:15		4x100 mt (corsie esterne)

PROGRAMMA ORARIO – 2^giornata - RITROVO ORE 12:45

ORARIO	UOMINI	DONNE
14:00	Martello	Salto con l'Asta + recupero Asta cda allieve
14:30		Salto in Lungo + recupero Lungo cda allieve
14:50	400 hs Allievi (0,84)	
15:00	400 hs	
15:20	Salto in Alto + recupero Alto cda allievi	400 hs + recupero 400 hs cda allieve
15:30		Lancio del Disco + recupero Disco cda allieve
15:40	200 mt	
16:00	Getto del Peso + recupero Peso cda allievi	
16:10	Salto in Lungo + recupero Lungo cda allievi	200 mt
16:30	800 mt	
17:00		Giavellotto + recupero Giavellotto cda allieve
17:00		800 mt
17:20	5000 mt	
18:00		5000 mt
18:30	4x400 mt	
18:45		4x400 mt

NOTA BENE: *Gli orari potranno subire variazioni in base al numero degli iscritti*, eventuali modifiche verranno comunicate nelle 24 ore successive al termine delle iscrizioni riportato sul dispositivo.