

Federazione Italiana di Atletica Leggera
Comitato Regionale del Friuli Venezia Giulia
Organizzazione: Gruppo Sportivo San Giacomo

12° MEMORIAL CRASSO – 2° PROVA TROFEO 5 CERCHI
CATEGORIE - TUTTE

domenica 13 settembre 2020
Località – TRIESTE – Stadio Grezar

ORARIO GARE DEFINITIVO

Termine ISCRIZIONI - online ore 20:00 – giovedì 10 settembre 2020

RITROVO GIURIE E CONCORRENTI ORE 08:00			
M	F	CAT	H
60		R	09:00
	60	R	09:10
10000 MARCIA		A J P S	09:30
PESO		R	09:35
PESO		P	09:35
1500		A J P S	10:20
	PESO	R	10:25
5000 MARCIA		A J P S	10:40
5000 MARCIA		C	10:40
	5000 MARCIA	A J P S	11:25
	3000 MARCIA	C	12:05
1000 MARCIA	1000 MARCIA	Es.A	12:30
2000 MARCIA		R	12:50
	2000 MARCIA	R	13:05
1000		C	13:25
	1000	C	13:30
1000		R	13:40
	1000	R	13:50

P.S. La partecipazione al lancio del peso è aperta ad atleti di categoria Promesse, segnalate dal Settore Tecnico Regionale.

PROGRESSIONI

NORME TECNICHE RTI

1. Tutte le iscrizioni degli Atleti Tesserati FIDAL vanno effettuate **ONLINE** collegandosi al sito www.fidal.it - Servizi Online -
2. Le iscrizioni vanno confermate in segreteria, da tutti gli atleti iscritti, obbligatoriamente 60 minuti prima dell'inizio di ogni gara.
3. Le iscrizioni non confermate verranno considerate nulle.
4. Le gare sono aperte agli Atleti di tutte le categorie federali ad eccezione dei 10.000 Marcia che sono ad invito. Nei 1500 è prevista una serie ad invito ed altre serie a libera partecipazione con minimo 4'12"0. Il Trofeo 5 Cerchi prevede una partecipazione libera riservata ai Ragazzi.
5. Gli Atleti gareggeranno in gare unificate, verranno poi estrapolate le Classifiche di categoria.
6. Tutte le gare di corsa saranno effettuate in serie in base agli accrediti certificati nelle graduatorie Nazionali 2019/2020, aggiornati al 06 settembre 2020, fatta eccezione per atleti ad invito.
7. Nelle Corse, le serie con i migliori accrediti correranno per prime.
8. Si precisa che in base alle ultime disposizioni nelle gare di mezzofondo e Marcia fino ai 5000 possono partire massimo 12 concorrenti. Dai 5000 in su possono partire massimo 16 concorrenti.
9. Per le gare di Lancio, gli Atleti gareggeranno con Attrezzi personali della propria categoria.
10. La Società Organizzatrice metterà a disposizione attrezzi da Lancio, che verranno sanificati dopo ogni lancio.
11. In tutti i concorsi ad ogni atleta saranno concessi almeno due lanci di prova prima della gara, nello stesso ordine di gara.
12. Lo svolgimento delle gare contemporanee M-F verrà stabilita dal Delegato Tecnico sulla base delle conferme.
13. Nell'ambito del Memorial Crasso ogni atleta può partecipare ad una sola gara. Nel Trofeo 5 cerchi i concorrenti disputano il Triathlon (60, Peso, 1000) o (60, Peso, 2000 Marcia).
14. Per quanto non previsto si rimanda al regolamento FIDAL e al Protocollo Disciplinare, aggiornato alla data 03 settembre 2020.
15. I risultati saranno disponibili online, non verranno affisse stampe.

PREMIAZIONI: Medaglia ai primi 3 di ogni gara del Memorial. Nei 10000 Marcia e nei 1500 (ad invito): 200 € al Primo, 150 € al Secondo e 100 € al Terzo. Nei Triathlon Ragazzi del Trofeo Cinque Cerchi saranno premiati i primi sei.