

**CdS di Corsa Allievi ed Assoluti
C.R.I. All-Jun-Prom-Sen
Contorno
Ariano Irpino 13 Aprile 2019**

Programma Tecnico

Allieve 20'
Allievi 30"
Jun/Pro/Sen M/F km.10

Concorsi all- jun – senior: disco - martello – lungo

Programma Orario

13.00 Ritrovo

14.00 km.10 F

15:00 km.10 J/P/S M 1^serie

15.30

Martello M e F

Lungo F e M

15.40 km.10 J/P/S M 2^serie

16.20 km.10 J/P/S M 3^serie

16.45

Disco M e F

17.00 km.10 J/P/S M 4^serie migliori accrediti

17.45 20' A/e

18.15 30' A/i

Cronometraggio manuale

Iscrizioni: on line entro le ore 12 di giovedì 11.4.19

Sarà possibile iscrivere atleti direttamente sul campo di gara - entro e non oltre **60 minuti** prima dall'inizio di ogni gara - previo il pagamento di una penale di € 5,00 per atleta/gara.

Il programma orario potrà subire variazioni in relazione al numero degli atleti iscritti.

Per le iscrizioni degli atleti di fuori regione sarà applicata la tassa di euro 5 ad atleta/gara

Gli atleti delle categorie allievi/e e junior lanciano con gli attrezzi della propria categoria.

Nelle eventuali gare di contorno ad ostacoli e lanci possono partecipare anche gli atleti di **alcune categorie master** se le rispettive altezze, distanze e pesi sono uguali a quelle delle gare in programma.

Regolamento CdS Corsa Regionale

CdS Assoluto M e F : Ogni società può partecipare con un numero illimitato di atleti.

Saranno assegnati punti 75 al primo classificato, 74 al secondo e così a scalare di un punto fino al 75° classificato che riceverà punti 1; un punto sarà comunque assegnato a tutti i classificati oltre il 75° posto. Ogni società potrà sommare un minimo di 3 punteggi ed un massimo di 4 punteggi.

CdS Allievi/e : Ogni società può partecipare con un numero illimitato di atleti.

Saranno assegnati punti 75 al primo classificato, 74 al secondo e così a scalare di un punto fino al 75° classificato che riceverà punti 1; un punto sarà comunque assegnato a tutti i classificati oltre il 75° posto. Ogni società potrà sommare un minimo di 3 punteggi ed un massimo di 4 punteggi.

Per la **composizione delle serie** si terrà conto del miglior accredito conseguito nella stagione in corso o nelle stagioni 2017/18, comparando con la tabella di punteggio le gare in pista dei 10.000 metri, 5000 metri, 3000 metri, 3000 metri siepi. Il delegato tecnico valuterà eventuali accrediti 2017/18 di tempi ottenuti in gare ufficiali su strada di 10 Km.