

## RESOCONTO FIDAL UMBRIA 2015

### FORMAZIONE:

- Corso istruttori di primo livello oltre 20 iscritti
- Abbiamo organizzato uno workshop a Febbraio con lo psicologo Dott. Federico Venceslai dal titolo “La gestione emotiva dell’atleta” a cui hanno preso parte oltre 70 tecnici provenienti anche da altre regioni.
- 3 workshop di alta formazione tra novembre e dicembre. 28 novembre “Tecnica e didattica nel salto triplo” relatore Paolo Camossi
- 5 dicembre “il lancio del giavellotto, elementi generali e forza speciale” relatore Francesco Pignata
- 12 Dicembre “progressione didattica della corsa ad ostacoli” relatore Fabrizio Mori.  
Ai tre appuntamenti hanno preso parte circa 100 tecnici.

### ATTIVITA':

- Nel periodo invernale i giovani delle categorie Esordienti, Ragazzi e Cadetti sono stati impegnati nel Criterium di Cross manifestazione che si è svolta in 5 tappe. Ad ogni tappa hanno preso parte circa 300 atleti. Nelle gare su pista Gli Esordienti (a,b, c) hanno disputato 4 gare facenti parte del Trofeo Arcobaleno, anche in questo caso numerosissimi sono stati i partecipanti circa 250 ogni tappa. A queste gare va aggiunta anche quella del Campionato Regionale di Staffette svoltasi a Foligno e il Campionato Regionale di Corsa su strada.
- La categoria ragazzi/e nel periodo invernale ha preso parte al Criterium di Cross come gli Esordienti e i Cadetti/e. Quest’anno per le gare su pista si è deciso di mettere insieme i ragazzi e i cadetti/e e proporre delle gare di triathlon (questo per cercare di “costringere” tecnici ed atleti a far provare anche specialità meno praticate). La partecipazione alle gare è stata abbastanza buona e sicuramente verranno riproposte nel 2016.
- La Categoria Cadetti/e ha preso parte al Criterium di Cross, abbastanza buoni sono stati i numeri di questa categoria, da sempre considerata “difficile” vista l’alta percentuale di abbandono allo sport che riguarda i ragazzi/e di questa fascia d’età. Al Campionato Italiano di Cross la nostra rappresentativa ha ottenuto un buon 15° posto, confermando il risultato del 2014. Sempre nel periodo invernale abbiamo partecipato alla gara indoor di Ancona “Ai confini con le Marche” con altre 12 rappresentative

## RESOCONTO FIDAL UMBRIA 2015

regionali e i nostri atleti come sempre hanno ottenuto buoni risultati. Il comitato regionale in collaborazione con l'Avis Narni ha organizzato a luglio una gara per rappresentative Cadetti/e. Insieme all'Umbria erano presenti Lazio, Marche, Abruzzo, Molise, e Toscana. Gli atleti di questa categoria sono stati impegnati a settembre nel "Trofeo Musacchio" gara per rappresentative che si svolge a Campobasso. Per concludere ad Ottobre a Sulmona si è svolto il Campionato Italiano di categoria, l'Umbria è riuscita a conquistare la 17 posizione, migliorando di un posto rispetto all'anno precedente. In questa occasione molti nostri atleti hanno ottenuto ottimi risultati e due sono state le medaglie vinte. Terzo posto nell'asta con Zafrani Francesca della 2S Atletica Spoleto e quinto posto per Emiliano Rogliani della Libertas Città di Castello nel martello.

- Nella categoria Allievi/e la squadra delle Allieve dell'Arcs Cus Perugia a Montecassiano nella Finale B Gruppo Adriatico è giunta 9° e quella dello Csain Perugia 12°. A livello maschile nella stessa occasione gli Allievi della Libertas Orvieto sono arrivati 11°.
- Ai Cds Allievi/e di Prove Multiple che si sono svolti a Genova le ragazze della Csain Perugia hanno conquistato un ottimo 2° posto e gli allievi della Libertas Orvieto sono arrivati 7°.
- Cds Assoluto su pista nella finale B gruppo tirreno svoltosi ad Orvieto i ragazzi della Libertas Orvieto si sono piazzati al 2° posto. Nella finale A Argento di Matera le ragazze della Libertas Arcs Perugia sono giunte 7°.

### ALCUNI RISULTATI A LIVELLO INDIVIDUALE:

- Record regionale per l>Allieva Martina Mazzola dello Csain Perugia nell'eptathlon con 4378 punti. Nel decathlon Allievi record regionale per Marin Capcelea della Libertas Orvieto con 5747 punti.
- Record regionale nel martello Juniores femmine con Aurora Cuzzocrea dell'Arcs Cus Perugia con 51,48 metri. Juniores Maschi record regionale nel Martello Mencarelli Michele (Athlon Bastia) con 61,70 m.
- Record regionale nei 100 m Promesse con Elisa Pacilli dell'Arcs Cus Perugia con 12"19, nella stessa categoria Debora Lini stabilisce il primato regionale nei 3000 sipei con il tempo di 11'42"24. Promesse maschi record regionale nei 400 piani per Pagnini Alex (Capanne Pro Loco) in 47"94. Nel salto con l'asta 4,90 m di Eugeniu Ceban della

## RESOCONTO FIDAL UMBRIA 2015

Libertas Orvieto, nella 4 x100 Capanne Pro Loco con 43"36 e della stessa squadra anche quello della 4 x 400 in 3'20"56.

- Record regionale senior donne nei 1500 metri di Marchesini Laura (Arcs Cus Perugia) con il tempo di 4'35"38 e nei 5000 m per Laura Biagetti (Athletic Terni) con il tempo di 16'49"53
- Record regionale assoluti femminili nei 10000 m per Costanza Martinetti (Arcs Cus Perugia) con il tempo di 35'45"93. Prima classificata nei 5000 m ai Campionati Italiani Individuali Promesse di Rieti. Campionato Italiano Assoluto e Promesse ad Isernia Costanza Martinetti 2° classificata nei 10000 m
- Capotosti Campione Italiano nei 400 hs
- Paoluzzi Roberto (Cariri Rieti) 5° classificato Campionati Italiani Eptathlon indoor e secondo nei Campionati Italiani di Prove Multiple nel Decathlon outdoor
- Campionati Italiani Individuali Promesse Eugeniu Ceban (libertas Orvieto) secondo classificato nell'asta
- Campionati Italiani Individuali Juniores nel lancio del Martello Mencarelli Michele (athlon Bastia) terzo classificato
- Campionati Italiani Individuali Allieve di Milano la staffetta 4 x 400 m della Libertas Arcs Cus Perugia è arrivata settima