

Aosta, 14 luglio 2015

**Alle società
Ai tecnici sociali interessati**

Oggetto: *Raduni estivi in collaborazione con la Fidal Piemonte*

Anche per il 2015 la Fidal Piemonte organizza i tradizionali raduni estivi aperti anche agli atleti valdostani.

Raduno mezzofondo/marcia 25-30 agosto

responsabile tecnico mezzofondo: Gianni Crepaldi

responsabile tecnico marcia: Lorenzo Civallo – Giancarlo Rapetti

Caraglio (CN)- ritrovo Caraglio Hotel Quadrifoglio ore 16.00 del 25/8 - partenza 30/8 dopo pranzo

Sistemazione alberghiera: Hotel Caraglio

Raduno salti (alto, lungo, triplo) e Prove Multiple 23-28 agosto

responsabile tecnico salti: Francesco Crabolu

responsabile tecnico prove multiple: Luciano Mazzon

Cantalupa (TO) - ritrovo campo di Cantalupa ore 16.00 del 23/8 - partenza 28/08 dopo pranzo

sistemazione alberghiera: Foresteria CONI

Per quanto riguarda il salto con l'asta verrà effettuato un progetto speciale extra – raduno

responsabile tecnico: Riccardo Frati

periodo e sede da definire

Raduno velocità/ostacoli e lanci 29 agosto – 03 settembre

responsabile tecnico velocità: Milvio Fantoni

responsabile tecnico ostacoli: Roberto Amerio

responsabile tecnico lanci: Maria Marella

Mondovì (CN) - ritrovo campo di Mondovì ore 16.00 del 29/8 - partenza 03/09 dopo pranzo

sistemazione alberghiera: Hotel Commercio

NORME DI PARTECIPAZIONE

I Raduni sono aperti agli atleti delle categorie Cadetti/e, Allievi/e, Juniores M/F ed ai loro tecnici.

Per ogni raduno le singole società dovranno indicare il nominativo del tecnico responsabile che seguirà i ragazzi.

A) spese di soggiorno a completo carico del Comitato

- atleti con prestazione oltre gli 850 punti

B) spese di soggiorno a carico del Comitato nella misura del 50% (euro 120)

- atleti con prestazione compresa fra i 849 e i 800 punti
- atleti in possesso del minimo per i C.I. (minimo A) con punteggio inferiore ai 800 punti



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale VALLE D'AOSTA

Per le prestazioni inferiori la partecipazione è consentita, su richiesta delle società e previa autorizzazione del FTR, con le spese a completo carico della società di appartenenza (euro 230/persona).

Il Comitato si farà carico delle spese di soggiorno per i tecnici degli atleti che rientrano nel gruppo A.

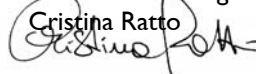
Le società interessate alla partecipazione dovranno comunicare le adesioni dei propri atleti e dei propri tecnici entro il 24/07/2015 direttamente al Comitato (cr.valledaosta@fidal.it) ed in copia al Fiduciario (cristyna@pont-donnas.it) compilando la scheda allegata.

Le quote di partecipazione dovranno essere versate al Comitato tramite bonifico bancario entro la data di inizio dei raduni specificando nella causale i nominativi degli atleti e dei tecnici per i quali si versa la quota.

Per informazioni contattare il FTR Cristina Ratto (348.7335644 – cristyna@pont-donnas.it)

Cordiali saluti

Il Fiduciario Tecnico Regionale

Cristina Ratto




FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale VALLE D'AOSTA

TABELLA PRESTAZIONI CADETTI/E

	CADETTI			CADETTE		
	Punti 850	Punti 800	Punti 750	Punti 850	Punti 800	Punti 750
80	9,43	9,57	9,7	10,44	10,6	10,77
300	37,51	38,21	38,92	42,94	43,76	44,61
1000	02:42,5	2:45.54	2:48.68	3:07,76	3:11.62	3:15.58
2000	06:03,5	6:10.38	6:17.46	06:54,4	7:03.27	7:12.38
1200sp	03:35,4	3:39.9	3:44.5	04:07,7	4:13.7	4:19.8
80hs		-----		12,89	13,24	13,61
100hs	14,2	14,54	14,88			
300hs	41,13	41,99	42,87	48,23	49,26	50,32
Alto	1,81	1,76	1,71	1,55	1,5	1,45
Asta	3,59	3,39	3,20	2,67	2,48	2,3
Lungo	6,29	5,92	5,74	5,11	4,96	4,81
Triplo	12,38	12,04	11,71	10,86	10,51	10,16
Peso	14,43	13,74	13,06	11,09	10,57	10,07
Disco	38,57	36,46	34,39	31,57	29,7	27,89
Martello	46,98	43,33	39,98	40,18	37,11	34,23
Giavellotto	48,78	46,22	43,71	34,88	32,85	30,89
Marcia 3Km		-----	-----	16:17.97	16:45.15	17:12.97
Marcia 5Km	24:46:08	25:30.0	26:14.2		-----	-----
Pentathlon	3400	3200	3100	3400	3200	3100



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale VALLE D'AOSTA

TABELLA PRESTAZIONI ALLIEVI/JUNIOR

	ALLIEVI/JUNIOR M			ALLIEVE/JUNIOR F		
	Punti 850	Punti 800	Punti 750	Punti 850	Punti 800	Punti 750
100	10,9	11,09	11,28	12,38	12,63	12,89
200	22,06	22,45	22,86	25,51	26,06	26,63
400	49,23	50,11	51,02	57,67	58,99	60,34
800	01:52,9	1:54.91	1:56.96	02:15,7	2:19.43	2:23.25
1500	03:55,5	3:59.97	4:04.57	04:39,7	4:47.01	4:54.48
3000	08:28,5	8:39.60	8:51.00	10:09,7	10:27.68	10:45.91
5000	14:40,1	14:57.94	15:16.32	17:35,85	18:08.23	18:41.13
2000st	05:55,8	6:02.37	6:09.16	07:03,9	7:16.09	7:28.48
3000st	09:28,2	9:42.81	9:57.66	11:00,7	11:20.30	11:40.18
110hs/100hs		15,34 (0,99)	15,81 (0,99)	14,94 (0,84)	15,40 (0,84)	15,86 (0,84)
	14,46 (0,91)	14,91 (0,91)	15,37 (0,91)	14,53 (0,76)	14,97 (0,76)	15,43 (0,76)
400hs	54,39 (0,91)	55,67 (0,91)	56,99 (0,91)			
	53,59 (0,84)	54,86 (0,84)	56,17 (0,84)	63,51	65,47	67,47
Alto	2,01	1,94	1,87	1,7	1,65	1,59
Asta	4,56	4,32	4,08	3,52	3,37	3,22
Lungo	6,89	6,62	6,36	5,7	5,51	5,32
Triplo	14,71	14,23	13,76	12,64	12,28	11,93
Peso	16,25 (6)	15,34 (6)	14,48 (6)	13,31 (4)	12,52 (4)	11,76 (4)
	17,33 (5)	16,39 (5)	15,50 (5)	14,87 (3)	14,07 (3)	13,30 (3)
Disco	51,15 (1,75)	48,06 (1,75)	45,10 (1,75)			
	54,53 (1,5)	51,43 (1,5)	48,43 (1,5)	44,34	41,67	39,06
Martello	60,37 (6)	56,25 (6)	52,45 (6)	49,58 (4)	46,33 (4)	43,22 (4)
	65,61 (5)	61,35 (5)	57,39 (5)	53,19 (3)	49,81 (3)	46,57 (3)
Giavellotto	59,96 80,8)	56,47 (0,8)	53,12 (0,8)	44,05 (0,6)	41,41 (0,6)	38,85 (0,6)
	62,99 (0,7)	59,26 (0,7)	55,70 (0,7)	46,38 (0,5)	43,68 (0,5)	41,05 (0,5)
Marcia 5Km		-----	-----	25:15,0	26:14.58	27:15.09
Marcia 10Km	45:55,1	47:38.06	49:21.93		-----	-----
Decathlon JM	5800	5700	5300	-	-	-

 **Federazione Italiana di Atletica Leggera**
Comitato Regionale Valle d'Aosta www.fidalvda.it

www.fidal.it

Corso Lancieri di Aosta, 41 • 11100 Aosta • tel/fax 0165 364245 • cr.valledaosta@fidal.it



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale VALLE D'AOSTA

DecathlonAM	5600	5500	5100	-	-	-
Eptathlon JF	-	-	-	4500	4200	4000
Eptathlon AF	-	-	-	4300	400	3800

 Federazione Italiana di Atletica Leggera
Comitato Regionale Valle d'Aosta www.fidalvda.it

www.fidal.it

Corso Lancieri di Aosta, 41 • 11100 Aosta • tel/fax 0165 364245 • cr.valledaosta@fidal.it