



con il patrocinio di



*e la collaborazione del Comitato
provinciale FIDAL Savona*

organizza

domenica 10 APRILE 2016

L'edizione 2016 dei

CAMPIONATI PROVINCIALI INDIVIDUALI GIOVANILI

&

GOLDEN "ASTA & PESO"
2° TROFEO "TINO REPETTO" (Peso maschile)
6° TROFEO "CITTA' DI ALBISOLA" (Asta maschile)

SITO: www.atleticaquadrifoglio.it/AD

E-MAIL: albadocilia@alice.it

La manifestazione è aperta a tutti gli atleti italiani e stranieri, in regola con il tesseramento per l'anno 2016. Per quanto riguarda le categorie giovanili (ragazzi e cadetti) potranno partecipare anche atleti fuori provincia ma non concorreranno al titolo provinciale.

Le gare si svolgeranno presso il campo comunale di atletica leggera "G. Fazzina" di Albisola Superiore, situato in Piazzale Sbarbaro 5, molto vicino all'uscita del casello autostradale di Albisola.

PROGRAMMA TECNICO

Campionato provinciale individuale giovanile (OPEN):

_cat. CADETTI/E: **80 – 300 – 1000 – DISCO – PESO – GIAVELLOTTO – LUNGO – ASTA – TRIPLO**

_cat. RAGAZZI/E: **60 – 60HS – 1000 – VORTEX – PESO – LUNGO – ALTO**

Gare di contorno e Golden "Asta&Peso":

_cat. ESORDIENTI A e B M/F: **BIATHLON (Lungo + 250 mt)**

_cat. A/J/P/S/SM35+ M/F: **150 – 500 – PESO – ASTA**

NORME DI PARTECIPAZIONE

Ogni atleta potrà prendere parte ad un massimo di DUE gare individuali. Per quanto riguarda la categoria Esordienti, l'iscrizione viene effettuata per il biathlon e quindi per la partecipazione ad entrambe le gare in programma. Chi prenderà parte alle gare di mezzofondo o marcia non potrà effettuare altre gare di corsa o marcia al di sopra dei 400m.

NORME TECNICHE

SALTO IN ALTO RAGAZZI/E: per gli atleti partecipanti a questa competizione ci sarà l'uscita dalla gara dopo aver commesso **TRE** errori consecutivi.

LUNGO, PESO e VORTEX RAGAZZI/E: ogni partecipante avrà a disposizione **tre** prove.

LUNGO, PESO, GIAVELLOTTO, DISCO E TRIPLO CADETTI/E: dopo le 3 prove di qualificazione i primi **8** classificati provinciali avranno a disposizione altre tre prove di finale. Potranno prendere parte alla finale anche gli atleti fuori provincia se rientreranno tra i primi 8 classificati totali della gara.

BIATHLON ESORDIENTI: la prova dei 250 mt verrà corsa alla corda e non in corsia.

ASTA M/E: in accordo con il GGG si potrà procedere ad una piccola interruzione a una misura prestabilita per poter permettere agli atleti con i PB migliori di terminare adeguatamente le fasi di riscaldamento.

PESO A/J/P/S/SM+ M/E: ogni categoria gareggerà con il proprio attrezzo di riferimento. I primi **8** di ogni categoria potranno accedere ai tre lanci di finale.

In tutte le categorie le corse si disputeranno a serie. La prima serie sarà quella con gli accrediti migliori.

ISCRIZIONI

Le iscrizioni dovranno pervenire entro e non oltre le ore 24.00 di giovedì 7 aprile 2016 solamente attraverso procedura online dalla pagina personale di ciascuna società

(<http://tessonline.fidal.it/login.php>).

ORARIO PROVVISORIO (sarà modificato in base al numero degli iscritti)

_Ore 10,00 – Ritrovo giurie e concorrenti

_Conferma iscrizioni entro **un'ora prima** dell'orario gara

_Ore 11,00 – Inizio gare

Chiusura Conferma Iscrizioni	Orario GARA	Giuria Corse	Giuria Lanci	Giuria Salti	Giuria Asta
10,30	11,00	<u>60HS RE</u>	<u>DISCO CE</u>	<u>ALTO RE</u>	ASTA <u>Tutte le categorie femminili + CADETTI</u>
10,30	11,10	<u>60HS RI</u>	↓		
10,30	11,30	<u>60m RE</u>	<u>DISCO CI</u>		
10,45	11,45	<u>60m RI</u>	<u>GIAVELLOTTO CE</u>	<u>ALTO RI</u>	
11,00	12,00	<u>80m CE</u>	↓		
11,10	12,10	<u>80m CI</u>	<u>GIAVELLOTTO CI</u>		
11,30	12,30	<u>150m F</u>	<u>VORTEX RE</u>	<u>LUNGO CE</u>	
11,55	12,55	<u>150m M</u>	↓		
12,20	13,20	<u>300m CE</u>	<u>VORTEX RI</u>	<u>LUNGO CI</u>	
12,45	13,45	<u>300m CI</u>	<u>LUNGO ESO B M/F</u>		
13,15	14,15		<u>LUNGO ESO A M/F</u>	<u>LUNGO RE</u>	ASTA M <u>A-J-P-S-SM+</u>
13,50	14,50	<u>250m ESO B M/F</u>	<u>PESO M</u>		
14,20	15,20	<u>250m ESO A M/F</u>	↓	<u>LUNGO RI</u>	
14,35	15,35	<u>1000m RE</u>			
14,45	15,45	<u>1000m RI</u>	<u>PESO RE</u>		
14,55	15,55	<u>1000m CE</u>	↓	<u>TRIPLO CE</u>	
15,05	16,05	<u>1000m CI</u>	<u>PESO RI</u>		
15,15	16,15	<u>500m F</u>		<u>TRIPLO CI</u>	
15,30	16,30	<u>500m M</u>	<u>PESO CE</u>		
15,55	16,55		↓		
			<u>PESO CI</u>		

PREMI

ESORDIENTI: verranno premiati **tutti** i partecipanti.

RAGAZZI/E e CADETTI/E: Verranno premiati i primi **3** classificati provinciali di ogni gara e al primo verrà assegnato il titolo di "Campione Provinciale 2016".

Non verranno effettuate premiazioni per le gare assolute tranne che:

Il 2° trofeo "TINO REPETTO", che verrà assegnato alla miglior prestazione tecnica maschile di PESO (dai ragazzi agli assoluti).

Il 6° trofeo "CITTA' DI ALBISOLA", che verrà assegnato alla miglior prestazione tecnica maschile di ASTA (dai cadetti agli assoluti).

PROGRESSIONI SALTI

_ALTO RAGAZZI/E: 1,00-1,10-1,15-1,20-1,25-1,28-1,31-1,34-1,37-1,40-1,43-1,46 quindi di 2 cm in 2 cm.

_ASTA CADETTE: 1,80-1,90-2,00-2,10-2,20-2,25 quindi di 5 cm in 5cm.

_ASTA CADETTI: 1,80-2,00-2,10-2,20-2,30-2,40-2,50-2,55 quindi di 5 cm in 5 cm.

_ASTA ASS. F: 1,80-1,90-2,00-2,10-2,20-2,30-2,40-2,45 quindi di 5 cm in 5cm.

_ASTA ASS. M: 2,20-2,40-2,60-2,80-3,00-3,20-3,40-3,60-3,75-3,90-4,05-4,20-4,30 poi di 10 cm in 10 cm fino ai 5 mt, quindi di 5 cm in 5 cm.