



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale **EMILIA ROMAGNA**

Bologna, 14 ottobre 2022
Prot. 971/2022

ATTIVITA' TECNICA INVERNALE 2022

Il Comitato Regionale FIDAL Emilia-Romagna propone un'attività tecnica continuativa di raduni che si svolgeranno nella stagione invernale 2022/2023.

QUANDO/DOVE

Per ogni gruppo di specialità verranno effettuati 1-2 incontri nei mesi di novembre/dicembre ed 1 possibile ulteriore incontro (da confermare) nel mese di marzo.

ATLETI

La partecipazione è riservata ad atleti delle annate **2003-2004-2005-2006-2007**, secondo le modalità riportate successivamente. Lo staff tecnico regionale si riserva il diritto di valutare l'inserimento di atleti di altre annate. Tutti i partecipanti dovranno essere regolarmente tesserati per una società della FIDAL Emilia-Romagna per la stagione 2022 ed avere l'idoneità agonistica in corso di validità nelle giornate dei raduni.

MODALITA' DI ADESIONE

Gli atleti interessati dovranno fare richiesta, entro e non oltre il **27 ottobre 2022**, compilando il form che si trova al seguente link: <https://forms.gle/skdfDfcoHsKwVetN9>.

Successivamente a tale data verrà comunicato l'elenco degli atleti la cui richiesta sarà stata accolta, nei limiti dei numeri massimi richiesti dai gruppi di lavoro delle diverse specialità. Per alcune specialità sono fissati dei minimi di partecipazione (riportati a fondo pagina); qualora i numeri lo consentano sarà valutato l'inserimento anche di atleti senza minimo che ne avranno fatto richiesta.

Si precisa che **la richiesta è vincolante per la partecipazione a tutti gli incontri previsti** per lo stesso gruppo di specialità; pertanto, ove programmati 2 allenamenti, non è consentita la partecipazione ad uno solo (salvo impedimenti imprevisti).

TECNICI

Le sedute di allenamento si svolgeranno sotto la guida della Struttura Tecnica Regionale e relativi collaboratori. È fortemente consigliata la partecipazione sia dei tecnici personali degli atleti coinvolti che di tutti gli altri tecnici che volessero assistere agli allenamenti. Sarà possibile ottenere 0.25 crediti partecipando ad almeno 2 incontri completi.

DETTAGLI ORGANIZZATIVI

Tutti gli atleti/e partecipanti dovranno essere muniti dell'attrezzatura personale necessaria (asta, peso, disco, martello, giavellotto). I partecipanti dovranno organizzarsi autonomamente per il pranzo.

 Federazione Italiana di Atletica Leggera
Comitato Regionale Emilia Romagna www.emiliaromagna.fidal.it - cr.emiliar@fidal.it

Via Trattati Comunitari Europei 7 - 40127 Bologna - tel. 051 441911 / 051 442588 - P.IVA 01384571004 - C.F. 05289680588



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale **EMILIA ROMAGNA**

SCHEMA DEI RADUNI

Velocità	<u>6 novembre – Modena</u>	27 novembre – Modena
Ostacoli	<u>6 novembre – Cesenatico</u>	<u>4 dicembre – Modena</u>
Mezzofondo	27 novembre – Modena	11 dicembre – Castelfranco Emilia
Marcia	<u>6 novembre – Cesenatico</u>	<u>4 dicembre – Modena</u>
Lungo-Triplo	6 novembre – Modena	27 novembre – Modena
Alto	<u>6 novembre – Cesenatico</u>	<u>4 dicembre – Modena</u>
Asta	6 novembre – Modena	27 novembre – Modena
Peso	20 novembre – Forlì	
Giavellotto	20 novembre – Forlì	
Disco	20 novembre – Forlì	
Martello	20 novembre – Forlì	
Prove Multiple	20 novembre – Forlì	

MINIMI DI PARTECIPAZIONE

	2007 F	2007 M	2005-2006 F	2005-2006 M	2003-2004 F	2003-2004 M
80m/100m	10"34/10"1	9"54/9"3	12"50	11"30	12"35	11"00
200m			25"75	22"85	25"40	22"40
300m/400m	41"94/41"9	37"24/37"1	59"40	51"35	59"00	50"35
80hs/100hs/110hs	12"54/12"3	14"54/14"3	15"10	15"40	15"10	15"40
300hs/400hs	47"14/47"0	42"04/41"9	1'06"50	58"00	1'05"50	57"00
Lungo	5.20	6.00	5.45	6.50	5.55	6.75
Triplo	10.80	12.20	11.20	13.10	11.45	13.75

Ulteriori informazioni: fr.emiliaromagna@fidal.it

Il Fiduciario Tecnico Regionale
Federico Menozzi

 Federazione Italiana di Atletica Leggera
Comitato Regionale Emilia Romagna www.emiliaromagna.fidal.it - cr.emiliar@fidal.it

Via Trattati Comunitari Europei 7 - 40127 Bologna - tel. 051 441911 / 051 442588 - P.IVA 01384571004 - C.F. 05289680588