



FEDERAZIONE ITALIANA  
DI ATLETICA LEGGERA

## Comitato Regionale **EMILIA ROMAGNA**

Bologna, 11 ottobre 2023

Prot. 1016/2023

### **ATTIVITA' TECNICA INVERNALE 2023**

Il Comitato Regionale FIDAL Emilia-Romagna propone un'attività tecnica continuativa di raduni che si svolgeranno nella stagione invernale 2023/2024.

#### **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 **2004-2005-2006-2007-2008**, secondo le modalità riportate successivamente. Lo staff tecnico regionale si riserva il diritto di valutare l'inserimento di atleti di altre annate che ne avranno fatto richiesta. Tutti i partecipanti dovranno essere regolarmente tesserati per una società della FIDAL Emilia-Romagna per la stagione 2023 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 **25 ottobre 2023**, compilando il form che si trova al seguente link: <https://forms.gle/6PpqfjrzHUcd4zCH6>.

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. Nel salto in alto le 2 giornate sono rivolte a 2 gruppi distinti, come riportato nella tabella successiva.

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](http://www.emiliaromagna.fidal.it) - [cr.emiliar@fidal.it](mailto: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	12 novembre – Modena	10 dicembre – Modena
Ostacoli	5 novembre – Cesenatico	3 dicembre – Modena
Mezzofondo	26 novembre – Modena	17 dicembre – Correggio
Marcia	12 novembre – Forlì	3 dicembre – Modena
Lungo-Triplo	12 novembre – Modena	10 dicembre – Modena
Alto	26 novembre – Modena ( <b>solo A/J/P</b> )	10 dicembre – Modena ( <b>solo cadetti</b> )
Asta	12 novembre – Modena	3 dicembre – Modena
Peso	12 novembre – Forlì	
Giavellotto	12 novembre – Forlì	
Disco	12 novembre – Forlì	
Martello	12 novembre – Forlì	
Prove Multiple	12 novembre – Forlì	

### MINIMI DI PARTECIPAZIONE

	2008 F	2008 M	2006-2007 F	2006-2007 M	2004-2005 F	2004-2005 M
80m/100m	10"24/10"0	9"54/9"3	12"30	11"15	12"15	10"95
200m			25"50	22"70	25"30	22"40
300m/400m	41"74/41"6	37"14/37"0	59"00	51"40	58"00	50"00
80hs/100hs/110hs	12"54/12"3	14"34/14"1	15"10	15"00	15"00	15"20
300hs/400hs	47"14/47"0	41"54/41"4	1'06"00	57"00	1'05"00	56"50
Lungo	5.35	6.20	5.55	6.50	5.65	6.70
Triplo	11.00	12.20	11.30	13.00	11.50	13.70

Ulteriori informazioni: [fr.emiliaromagna@fidal.it](mailto:fr.emiliaromagna@fidal.it)

Il Fiduciario Tecnico Regionale  
Federico Menozzi

 Federazione Italiana di Atletica Leggera

Comitato Regionale Emilia Romagna [www.emiliaromagna.fidal.it](http://www.emiliaromagna.fidal.it) - [cr.emiliar@fidal.it](mailto:cr.emiliar@fidal.it)

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