



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale EMILIA ROMAGNA

ATTIVITA' TECNICA MARZO 2026

Il Comitato Regionale FIDAL Emilia-Romagna propone un'attività tecnica di raduni a completamento di quanto svolto nei mesi di novembre/dicembre.

DETTAGLI ORGANIZZATIVI

Gli incontri saranno strutturati secondo il seguente schema:

SETTORE	DATA	LUOGO	CATEGORIE
Velocità e Ostacoli	Domenica 8 marzo	Modena	A/J/P 1° anno (2006-2010)
Mezzofondo	Domenica 8 marzo	Modena	C/A/J (2007-2012)
Martello	Domenica 15 marzo	Ferrara	Cadetti/e (2011-2012)
Alto	Domenica 22 marzo	Modena	Cadetti/e (2011-2012)
Lungo-Triplo	Domenica 29 marzo	Bologna	Cadetti/e (2011-2012)

Per ciascun incontro il ritrovo è fissato alle **ore 9:45**, mentre il termine dell'allenamento pomeridiano sarà entro le ore 17:00. Nei paragrafi seguenti sono riportati i dettagli organizzativi specifici di ciascun settore.

Tutti i partecipanti dovranno:

- Essere regolarmente tesserati per una società della FIDAL Emilia-Romagna per la stagione 2026.
- Avere l'idoneità agonistica in corso di validità nelle giornate dei raduni.
- Presentarsi muniti dell'attrezzatura personale necessaria.
- Organizzarsi autonomamente per il pranzo.

MODALITA' DI ADESIONE

Gli atleti interessati dovranno fare richiesta, entro e non oltre il **23 febbraio 2026**, compilando il seguente [FORM DI ISCRIZIONE](#). 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.

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. I tecnici che hanno partecipato ad uno solo degli incontri previsti a novembre/dicembre potranno completare il numero di 2 partecipazioni necessarie per ottenere 0.25 crediti.

 **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**

SETTORE VELOCITA'-OSTACOLI: MINIMI DI PARTECIPAZIONE

Qualora i numeri lo consentano sarà valutato l'inserimento anche di atleti senza minimo.

STAGIONE 2025	2010 M	2010 F	2008-2009 M	2008-2009 F	2006-2007 M	2006-2007 F
80/100	9"64/9"4	10"24/10"3	11"20	12"40	10"95	12"30
200			22"85	25"75	22"25	25"20
300/400	38"14/38"0	42"94/42"8	51"10	59"00	49"80	58"00
80hs/100hs/110hs	14"64/14"4	12"54/12"3	15"20	15"10	15"20	15"10
300hs/400hs	43"04/42"9	48"44/48"3	58"00	1'06"50	57"00	1'05"50

STAGIONE 2026	2009-2010 M	2009-2010 F	2006-2007-2008 M	2006-2007-2008 F
60 indoor	7"20	8"00	7"00	7"80
200 indoor	22"85	26"00	22"50	25"70
400 indoor	51"15	59"50	50"50	58"50
60hs indoor	8"50	9"15	8"30	9"05

SETTORE LUNGO-TRIPLO: MINIMI DI PARTECIPAZIONE

Qualora i numeri lo consentano sarà valutato l'inserimento anche di atleti senza minimo.

STAGIONI 2025-2026	2011-2012 M	2011-2012 F
Lungo	5.50	5.00
Triplo	11.50	10.50

SETTORE MEZZOFONDO

Si tratta del secondo step del *Progetto Continuità e Crescita Settore Mezzofondo ER 2025-2027*. Per tutte le informazioni dettagliate si rimanda alla [PAGINA DEDICATA](#).

Ulteriori informazioni: tecnico.emiliaromagna@fidal.it

Il Fiduciario Tecnico Regionale
Federico Menozzi