

DATA – sabato 27 e domenica 28 maggio 2023

LOCALITÀ – Trieste, Stadio Pino Grezar, via dei Macelli n.2

ORGANIZZAZIONE – A.S.D. Trieste Trasporti in collaborazione con ASI

ISCRIZIONI – ogni atleta può prendere parte ad un **massimo** di **due gare** nel complesso della manifestazione. La manifestazione è riservata solamente ad atleti regolarmente tesserati per l'anno 2023 per società del Friuli-Venezia Giulia.

Gli atleti partecipanti alle gare dei 1000, 2000, 1200 siepi e marcia **non possono partecipare ad un'altra gara nella stessa giornata**. Come da regolamento regionale pubblicato sul sito regionale:
<https://www.fidal.it/upload/Friuli%20Venezia%20Giulia/documentiFVG/Regolamenti/2023/Regolamento%20CdS%20Cadetti%202023.pdf>

Iscrizioni e Conferme esclusivamente **online**:

- **chiusura iscrizioni** ore 21:00 di mercoledì 24/05/2023
- **chiusura conferme** ore 18:00 di venerdì 26/05/2023
- **Le iscrizioni per la 4X400 AF dovranno essere comunicate alla mail informatica.fvg@fidal.it entro l'orario sopra indicato e le conferme dovranno essere consegnate in segreteria entro 1 h prima della gara.**

Pubblicazione lista atleti confermati nella sezione **Iscrizioni/Risultati**

- **cancellazioni** fino a 1 h prima della specifica gara

Eventuali segnalazioni vanno comunicate alla mail informatica.fvg@fidal.it e saranno valutate dal Delegato Tecnico.

Non sono ammesse iscrizioni il giorno della gara, né variazioni di gara né sostituzioni.

Sono ammesse conferme in ritardo in caso di dimenticanza entro 1h prima della specifica gara previo pagamento di un'ammenda di 5€ ad atleta direttamente sul posto ad un delegato del Comitato Organizzatore.

L'Atleta che ha confermato la partecipazione ad una gara, ma poi non vi prende parte, sarà escluso dalla partecipazione ad eventuali gare successive. (punto 7.6.1 Norme Attività 2023)

TASSE DI ISCRIZIONE

- **2,00 € per ogni atleta**

La tassa di iscrizione è da considerarsi relativa all'intera manifestazione e non alla singola gara, sulla base dell'avvenuta conferma. **Il pagamento deve essere effettuato con bonifico sul conto del Comitato Regionale FIDAL FVG IBAN IT47P0306909606100000135987.**

INFORMAZIONI

FIDAL Friuli-Venezia Giulia – informatica.fvg@fidal.it e cr.friulivg@fidal.it

FTR: Alessandro Brondani – tel. 333 2432272 alessandrobrondani.ftr.fvg@gmail.com

NORME TECNICHE

- Tutte le gare di corsa si disputano a serie. Nelle corse le serie con i migliori accrediti partiranno per prime.
- Nei salti in estensione e nei lanci i Cadetti/e avranno a disposizione 4 prove, nei salti in elevazione 3 tentativi per ogni misura.
- Il salto in lungo Cadette sarà diviso in due gruppi.
- Le battute del triplo saranno da 7 e 9 per i Cadetti e per le Cadette.
- I pettorali verranno consegnati in Call Room.
- Eventuali attrezzi personali devono essere consegnati entro 60 minuti prima dell'inizio della relativa gara, se approvati saranno presenti in campo e dovranno essere a disposizione di tutti gli atleti della specifica gara fino al suo termine. Gli atleti potranno ritirare i propri attrezzi a fine gara.
- Si ricorda che se un atleta iscritto a più gare non partecipa ad una gara per cui ha confermato la partecipazione, non potrà prendere parte a gare successive comprese quelle in contemporanea.
- Ai fini della classifica finale vengono presi in considerazione per ogni Società un massimo di 14 punteggi in almeno 10 gare diverse. Ogni Società NON può sommare più di 2 punteggi in una singola gara.
- **Per quanto non contemplato dal presente dispositivo, si rimanda al R.T.I., alle Norme Attività 2023 ed ai singoli regolamenti emanati dalla FIDAL.**
- Le staffette devono essere confermate tramite apposito modulo di conferma (da scaricare dal sito <https://www.fidal.it/risultati/2023/REG31485/Index.htm> nella sezione COMUNICAZIONI E REPORT), da consegnare in Segreteria entro e non oltre 1 ora prima della specifica gara, debitamente compilato e firmato.

PREMIAZIONI

Verranno premiati i primi 3 classificati di ogni gara (per la marcia Trofeo Nicolazzi) e le prime 3 Società maschili (Trofeo Werk) e femminili (Trofeo Tedesco).

RECLAMI

I reclami relativi alla partecipazione alla gara devono essere presentati verbalmente al Delegato Tecnico prima della gara, mentre quelli relativi allo svolgimento di una gara devono essere presentati verbalmente all'Arbitro della specifica gara al massimo entro 30' dall'ufficializzazione dei risultati. In seconda istanza vanno presentati per iscritto alla Giuria d'Appello, accompagnati da tassa di euro 50,00, previa esibizione della tessera federale, entro 30' dalla comunicazione dell'Arbitro/Delegato Tecnico circa la decisione verso la quale si intende ricorrere.

PROGRAMMA TECNICO CADETTI – 1^a Giornata

80 – 2000 – 1200st – 300hs H76 – Asta – Triplo – Peso 4 Kg – Martello 4 Kg – Marcia 5000 metri

PROGRAMMA TECNICO CADETTE – 1^a Giornata

80 – 2000 – 1200st – 300hs H76 – Asta – Triplo – Peso 3 Kg – Martello 3 Kg – Marcia 3000 metri

PROGRAMMA TECNICO CADETTI – 2^ Giornata

300 – 1000 – 100hs H84 – Alto – Lungo – Disco 1.5 Kg – Giavellotto 600 Gr

PROGRAMMA TECNICO ALLIEVI – 2^ Giornata

110hs H91

PROGRAMMA TECNICO CADETTE – 2^ Giornata

300 – 1000 – 80hs H76 – Alto – Lungo – Disco 1 Kg – Giavellotto 400 Gr

PROGRAMMA TECNICO ALLIEVE – 2^ Giornata

100hs H76 – 4X400

PROGRESSIONI SALTI IN ELEVAZIONE
SALTO IN ALTO CM

	115	123	130	137	144	149	153	156	158	160	162	+2	
--	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	----	--

SALTO IN ALTO CF

	110	118	125	132	138	141	144	147	149	151	+2		
--	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	----	--	--

SALTO CON L'ASTA CM

	240	250	260	269	276	282	288	293	298	+5			
--	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	----	--	--	--

SALTO CON L'ASTA CF

	170	180	190	200	209	217	223	229	235	240	+5		
--	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	----	--	--

PROGRAMMA ORARIO DEFINITIVO (25/05/2023)

La composizione e l'orario delle singole serie saranno pubblicati online 1h prima della gara

SABATO 27 MAGGIO – APERTURA SEGRETERIA ORE 14:30

Call Room IN	Call Room OUT	Inizio	M	F
15:00	15:10	16:00	ASTA	ASTA
15:20	15:30	16:00	MARTELLO 4kg	MARTELLO 3kg
15:20	15:30	16:00	TRIPLO	
15:40	15:50	16:00	300hs H76	
15:50	16:00	16:10	PESO 4kg	
15:50	16:00	16:10		300hs H76
16:05	16:15	16:25	80	
16:20	16:30	16:40		80
16:40	16:50	17:20		TRIPLO

16:45	16:55	17:05	2000	
17:00	17:10	17:20		2000
17:00	17:10	17:40		PESO
17:20	17:30	17:40	1200st	
17:35	17:45	17:55		1200st
17:50	18:00	18:10	MARCIA 5000m	
18:25	18:35	18:45		MARCIA 3000m

La composizione e l'orario delle singole serie saranno pubblicati online 1h prima della gara

DOMENICA 28 MAGGIO – APERTURA SEGRETERIA ORE 8:15

Call Room IN	Call Room OUT	Inizio	M	F
09:00	09:10	09:45	DISCO 1.5kg	DISCO 1kg
09:00	09:10	09:45	ALTO	
09:05	09:15	09:45		LUNGO A+B
09:20	09:30	10:00	GIAVELLOTTO 600g	
09:40	09:50	10:00	110hs H91 AM	
09:50	10:00	10:10	100hs H84 CM	
10:05	10:15	10:25		100hs H76 AF
10:15	10:25	10:35		80hs H76 CF
10:40	10:50	11:00	1000	
11:05	11:15	11:25		1000
10:50	11:00	11:30		GIAVELLOTTO 400g
11:05	11:15	11:45	LUNGO	
11:05	11:15	11:40		ALTO
11:30	11:40	11:50	300	
11:50	12:00	12:10		300
12:15	12:25	12:35		4x400 AF