



FEDERAZIONE ITALIANA  
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale **LOMBARDIA**

# CAMPIONATI di SOCIETA' MASTER SU PISTA

## PROVA UNICA REGIONALE MASCHILE e FEMMINILE - 1^GIORNATA

MANTOVA - Campo Scuola Nuvolari, Via L.Guerra n.2

### SABATO 24 MAGGIO 2025

PROGRAMMA GARE INDICATIVO IN BASE AGLI ATLETI CONFERMATI  
**RITROVO GIURIE e CONCORRENTI ORE 14:00**

FEMMINILE	MASCHILE	Ora Fine Variazione	Ora ingresso Camera D'appello	Ora inizio gara	N. atleti	Nr. serie/gruppi
LUNGO		14:00	14:30	15:00	6	
	ALTO	14:00	14:20	15:00	12	
MARTELLLO		14:00	14:30	15:00	4	
100		14:00	14:45	15:00	11	2 Serie
	100	14:10	15:00	15:10	25	5 Serie
400		14:25	15:10	15:25	10	2 Serie
	DISCO	14:30	15:00	15:30	23	
	400	14:35	15:20	15:35	17	4 Serie
	TRIPLO	15:00	15:30	16:00	7	
1500		15:00	15:45	16:00	9	Serie Unica
	1500	15:15	16:00	16:15	10	Serie Unica
PESO		15:30	16:00	16:30	8	
3000 Marcia		15:30	16:15	16:30	3	Serie Unica
	3000 Marcia	15:30	16:15	16:30	8	Serie Unica
	GIAVELLOTTO	16:00	16:30	17:00	16	
4x100		16:00	16:45	17:00	5	1 Serie
	4x100	16:00	16:45	17:00	8	2 Serie

**- NON SARANNO ACCETTATE NUOVE ISCRIZIONI SUL CAMPO.**

#### CONFERME E SOSTITUZIONI:

- Sarà consentito da parte delle Società effettuare sul campo variazioni di iscrizioni mediante il modulo variazioni da ritirare presso il T.I.C., per sostituire un atleta con altro atleta o per cambiare la gara di un atleta, o per cancellare un atleta confermato che non dovesse partecipare ad una gara e iscritto a gare successive per non incorrere nell'esclusione prevista dalla Regola RT 4.4 sulla mancata partecipazione. Le variazioni sono possibili fino ad un'ora prima dell'inizio della prima serie o gruppo della specifica gara. Tale orario è specificato nel programma orario. Si raccomanda di comunicare il prima possibile tutte le variazioni da effettuare per ogni giornata di gare. Per le società che non consegneranno le loro variazioni entro i termini previsti si intenderanno confermate le iscrizioni trasmesse ad eccezione delle staffette che dovranno essere obbligatoriamente confermate sul campo di gara.

#### SERIE E GRUPPI:

- Le gare di corsa sono disputate a serie e composte sulla base delle prestazioni ottenute nell'anno corrente e precedente da ciascun atleta. La composizione delle serie delle gare di corsa sarà comunicata circa un'ora prima dell'inizio di ogni gara. I migliori tempi correranno nella prima serie.

- Per l'assegnazione delle corsie devono essere effettuati tre sorteggi come previsto da Norme Attività Master:

(a) uno per le due corsie centrali tra gli atleti o squadre con i migliori tempi di accredito; (b) un altro per le corsie 5 e 6 tra gli atleti o squadre con il 3° e 4° tempo di accredito; (c) un altro per le corsie 1 e 2 tra gli atleti o squadre con il 5° e 6° tempo di accredito.

- Ciascuna staffetta può essere composta da atleti appartenenti a diverse fasce d'età. La staffetta sarà collocata nella fascia d'età risultante dalla media dell'età dei componenti della staffetta stessa, secondo quanto indicato nel punto 1.2 delle "Norme Attività Master".

- Nei lanci, nel lungo e nel triplo le prove a disposizione per ciascun atleta sono quattro.

- Per gli attrezzi e gli ostacoli si fa riferimento alle relative tabelle. Le progressioni dei salti in elevazione e le distanze di battuta nei salti in estensione sono stabiliti dal Delegato Tecnico. Nei salti in elevazione ogni atleta può chiedere, prima della gara direttamente in pedana, una misura di ingresso inferiore alla minima prevista, purché ad essa corrisponda un punteggio e sia consentita dall'attrezzatura del campo di gara, fermo restando che dopo tale tentativo, se riuscito, la progressione deve riprendere le misure stabilite. In caso di parità non è prevista l'effettuazione dello spareggio. Quando un atleta ha già vinto la gara l'altezza alla quale viene posizionata l'asticella nella prova successiva viene decisa dall'atleta stesso.

**PETTORALI:** Gli atleti che partecipano alle gare dei 1500 e 3000 MARCIA dovranno ritirare il pettorale loro assegnato presso la posizione stabilita dagli organizzatori; Per la marcia saranno previsti n.2 pettorali.

**STAFFETTE:** la conferma, la composizione e l'ordine dei frazionisti delle staffette avverrà tramite l'apposito modulo da ritirare presso il T.I.C. e da riconsegnare entro l'ora precedente l'inizio della gara stessa, come indicato nell'orario definitivo. Ciascuna staffetta può essere composta da atleti appartenenti a diverse fasce d'età. La staffetta sarà collocata nella fascia d'età risultante dalla media dell'età dei componenti della staffetta stessa, secondo quanto indicato nel punto 1.2 delle "Norme Attività Master".

**CALL ROOM:** Tutti gli Atleti devono presentarsi alla Camera D'Appello all'orario sopra indicato

**- PROGRESSIONE ALTO fino a M60:** .... - 1.10 - 1.20 - 1.30 - 1.35- 1.39 - 1.42 - 1.45 - 1.48 - 1.51 - poi di 3 cm in 3 cm

**- PROGRESSIONE ALTO SM65/75/80/85:** .... - 0.90 - 0.95 - 1.00 - 1.05 - 1.10 - 1.14 - 1.17 - 1.20 e poi di 3 cm in 3 cm