

Campionati Regionali Individuali e di Società Esordienti  
Cds Ragazzi e Cadetti 3<sup>a</sup> giornata  
Avellino 27-28 maggio 2023

Programma tecnico sabato

Esordienti 10: 50 – 50hs – 600 – Marcia Km 1 – Alto – Lungo – Vortex – 4x50

Cadetti: 300 – Asta - Disco

Programma orario sabato:

14.30	Ritrovo			
15.30	50hs Es f	Alto Es m	Lungo Es f	Disco C/e
15.40	50hs Es m			
16.20	50 ES f			
16.30				Disco C/i
16.45		Alto Es f		
16.40	50 Es m			
17.00	600 Es f			
17.10	600 Es m			
17.30	300 C/e			
17.50	300 C/i			
17.45			Lungo Es m	Vortex ES m
18.15	Marcia 1 Km Es m/f			
18.30	4x50 Es f			
18.45	4x50 Es m			Vortex ES f

A seguire classifiche e premiazioni CdS Esordienti

### Programma tecnico domenica

Ragazzi: 60 - Marcia km 2 - Alto - Peso

Cadetti: 80hs/100hs - 2000 - Lungo – Giavellotto – Marcia 3-5Km

Master F/M: Giavellotto – Peso

### Programma orario domenica:

08.45	Ritrovo				
09.45	Marcia km 2 R/i e R/e	Lungo C/e	Giav C/i + MM	Alto R/e	Peso R/i + MM
10.00	Marcia Km 3 C/e e Km 5 C/i				
10.30	2000 C/e e C/i				
10.55	80hs C/e				
11.15	100 hs C/i	Lungo C/i	Giav C/e + MF	Alto R/i	Peso R/e + MF
11.30	60 R/e				
11.50	60 R/i				

### **Regolamento CdS Esordienti:**

- Ogni società può iscrivere un numero illimitato di atleti per ogni gara individuale e due staffette.
- Ogni atleta può partecipare a due gare individuali oppure ad una gara individuale più la staffetta.
- Gli atleti che partecipano alla gara di marcia non possono prendere parte anche alla gara dei 600 e viceversa.
- Le gare di corse si svolgono in serie, le corsie vengono sorteggiate e la partenza è in piedi.
- Nel salto in alto ogni atleta ha **due tentativi** a disposizione per ogni misura. Progressione salti: 0.90 – 1.00 – 1.05 – 1.10 – 1.15 – 1.20 – 1.23 – 1.26 – 1.28 – 1.30 e poi di 2 cm in 2 cm.
- Nel salto in lungo e nel lancio del vortex tutti i partecipanti alle gare hanno **tre tentativi** a disposizione.
- Salto in lungo: battuta libera in area delimitata di 1 m. x 1,22 m. Il salto sarà misurato dal segno in quest'area più vicino alla zona di caduta o dal bordo dell'area se l'atleta stacca prima.

### **Norme di Classifica**

- Al primo classificato di ogni gara sono attribuiti punti 20, al secondo 19, al terzo 18 e a scalare di un punto a tutti gli atleti regolarmente classificati.
- Agli atleti non classificati per un qualsiasi motivo, squalificati e/o ritirati sono attribuiti punti zero ma la gara risulterà coperta.
- Le società maschili e femminili per essere classificate devono sommare 6 punteggi in 6 gare diverse.
- Nel caso in cui due o più Società risultino in parità di punteggio, precede la squadra con il maggior numero di vittorie individuali; in caso di ulteriore parità con il maggior numero di secondi posti e così di seguito.