



A.S.C.
Comitato Provinciale NAPOLI/CASERTA
CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI INDOOR
Gare di contorno categorie promozionali
(open FIDAL)
21-22 gennaio 2023 – PalaVesuvio – NAPOLI Ponticelli

Programma Tecnico 1^a giornata:

Assoluti Maschile e Femminile:

50 – 400 – 1500 – triplo - alto (solo femminile) - marcia Km 3

Esordienti 10 M/F: 50 - lungo

Ragazzi M/F: 50

Cadetti M/F: 50

Programma orario:

ore. 14.00	<u>Ritrovo</u>		
ore 14.40	Marcia Km 3 M/F		
ore 15.15	50 F batterie	Tripla F	
ore 15.30	50 M batterie		
ore 16.30	50 Esordienti F	Tripla M	
ore 16.45	50 Esordienti M		
ore 17.00	50 Ragazze		
ore 17.15	50 Ragazzi		
ore 17.30	50 Cadette		
ore 17.50	50 Cadetti	Lungo Es F	
ore 18.15	50 F finali B ed A		
ore 18.25	50 M finali C - B ed A		
ore 18.35	1500 F	Lungo Es M	Alto F
ore 18.45	1500 M		
ore 19.00	400 F		
ore 19.15	400 M		

L'orario potrà subire variazioni in base al numero degli atleti iscritti
CRONOMETRAGGIO ELETTRICO

Programma Tecnico 2^ giornata:

Assoluti Maschile e Femminile:

200 – 800 – 50hs - lungo – alto (solo maschile) - - staffetta 4x1 giro

Cadetti M/F: 50hs – staffetta 4x1giro

ore 08.30	<u>Ritrovo</u>	
ore 09.30	50hs C/e serie	Lungo M
ore 09.45	50hs A/e batterie	
ore 09.55	50hs C/i serie	
ore 10.05	50hs F batterie	
ore 10.15	50hs A/i batterie	
ore 10.25	50hs Jun M batterie	
ore 10.30	50hs M batterie	
ore 10.40	50hs A/e finale	
ore 10.45	50hs F finale	
ore 10.55	50hs A/i finale	
ore 11.00	50hs Jun M finale	Lungo F
ore 11.05	50hs M finale	
ore 11.15	800 F	
ore 11.25	800 M	Alto M
ore 11.45	200 F	
ore 12.00	200 M	
ore 12.30	4x1 giro Cadette	
ore 12.40	4x1 giro Cadetti	
ore 12.50	4x1 giro F	
ore 13.00	4x1 giro M	

L'orario potrà subire variazioni in base al numero degli atleti iscritti

Norme di partecipazione ai campionati regionali

1. Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti per ogni gara. Alla manifestazione posso partecipare anche atleti di altre regioni. In quest'ultimo caso è prevista una tassa gara di € 5,00 (categorie promozionali € 2,00) ad atleta/gara. – IBAN. (C.P. ASC. Napoli IT54 D 05034 40090 000000006070)
2. Ogni atleta può partecipare ad un massimo di due gare più la staffetta. Gli atleti/e iscritti/e a gare di corsa e marcia dai m. 1000 compresi in su, non possono partecipare ad altre gare superiori ai m. 400 che si effettuino nel corso dello stesso giorno solare.
3. Premiazioni:
Per la Categoria Assoluti, verranno premiati i Primi 3 Atleti (Allievi/e- Junores/Seniores M./F).
Per la Categoria Promozionale, verranno premiati i Primi 6 Atleti. (Esordienti/e – Ragazzi/e.- Cadetti/e)