



**Notiziario FIDAL Campania n. 1 – Anno 2 –
REGOLAMENTI ATTIVITA' INVERNALE 2022
E PROGRAMMI**





CROSS



Regolamenti:

CORSA CAMPESTRE 2022

REGOLAMENTO CdS

Senior/Promesse, Junior ed Allievi m/f.

Si svolgerà una fase regionale. Verranno assegnati punti 1 al primo classificato, 2 al secondo, 3 al terzo e così a crescere di un punto fino all'ultimo classificato che riceverà.

La somma dei migliori 3 piazzamenti determinerà la classifica regionale per società (Prima classificata società con punteggio minore). Seguiranno le società con 2 punteggi. Non saranno classificate le società con meno di 2 punteggi. Indipendentemente dal punteggio complessivo finale saranno classificate prima le società con 3 punteggi e poi quelle con 2.

Per la partecipazione e l'ammissione alle finali nazionali si fa riferimento al Regolamento Nazionale 2022.

Cadetti/Ragazzi/Esordienti 10.

Si svolgerà una fase regionale. Verranno assegnati punti 1 al primo classificato, 2 al secondo, 3 al terzo e così via fino all'ultimo classificato ..

La somma dei migliori 3 piazzamenti determinerà la classifica regionale per società (Società con punteggio minore). Seguiranno le società con 2 punteggi. Non saranno classificate le società con meno di 2 punteggi. Indipendentemente dal punteggio complessivo finale saranno classificate prima le società con 3 punteggi e poi quelle con 2.

Master (come da Regolamento Nazionale 2022)

2. PROGRAMMA TECNICO

Il programma tecnico dei Campionati è il seguente:

2.1 UOMINI: Suddivisi in base alle fasce di età nelle seguenti prove:

1) M35-M40-M45-M50-M55 Km 6

2) M60 ed oltre Km 4

2.2 DONNE:

1) F35-F40-F45-F50-F55 Km 4

2) F60 ed oltre Km 3

3. NORME DI PARTECIPAZIONE

3.1 Possono partecipare gli atleti italiani, “italiani equiparati” e stranieri (per il solo CdS) dai 35 anni in poi.

3.2 Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti.

4. NORME DI CLASSIFICA VALIDE PER IL C.D.S. MASTER DI CORSA CAMPESTRE

Per ciascuna fascia d'età sono assegnati i seguenti punteggi:

4.1 M35-M40-M45-M50-M55-F35-F40-F45-F50-F55; Punti 100 al 1° classificato di ogni fascia d'età, punti 99 al 2° classificato e così a scalare di 1 punto fino al 100° classificato che riceve un punto.

4.2 M60-M65 e F60-F65: Punti **80** al 1° classificato di ogni fascia d'età, punti **79** al 2° e così a scalare di un punto fino all'**80°** classificato che riceve un punto.

4.3 Esclusivamente ai fini dell'attribuzione del punteggi di società, le fasce d'età M70-M75 ed oltre e F70-F75 ed oltre, vengono considerate come un gruppo unico (over 70), assegnando: Punti **50** al 1° classificato del gruppo “over 70”, punti **49** al secondo e così a scalare fino all'**50°** che riceve un punto.

- La classifica di Società Maschile viene stilata sommando complessivamente tra tutte le fasce d'età un massimo di **12** punteggi come di seguito suddiviso: massimo **10** punteggi complessivamente nelle fasce d'età 35/40/45/50/55; massimo **2** punteggi complessivamente nelle fasce d'età 60 ed oltre.

La classifica di Società Femminile viene stilata sommando complessivamente tra tutte le fasce d'età un massimo di **8** punteggi come di seguito suddiviso:

- massimo **6** punteggi complessivamente nelle fasce d'età 35/40/45/50/55;
- massimo **2** punteggi complessivamente nelle fasce d'età 60/65/70/75 ed oltre.

4.4 In caso di parità nella classifica complessiva si terrà conto del migliore punteggio individuale. Se la parità permane si terrà conto del secondo migliore punteggio e così via fino a che la parità non venga risolta.

4.5 Le Società con un solo punteggio non vengono classificate.

4.6 La Società maschile e femminile con il maggiore punteggio sarà proclamata Società Campione Regionale Master di Corsa Campestre.

4.7 Gli atleti in “quota stranieri” (extracomunitari che non rientrano nei parametri del regolamento nelle Norme Attività - Disposizioni Generali) possono concorrere alla formazione della classifica di Società per un massimo di 1 punteggio.

Agropoli - domenica 23 gennaio 2022

**Campionati Regionali di Società
Corsa Campestre tutte le
Categorie (eccetto Master)**

Programma Tecnico

Cadette Km 2

Cadetti Km 3

R/e-R/i Km 1

Es 10 M/F 600 metri

SEN/PROM M: Km 10

JUN M - Km 6

ALL F - JUN F: Km 4

ALL/M - Km 5

SEN/PRO F - Km 6

Programma orario e tecnico:

ore 08.15 – Riunione Giurie e
Concorrenti

ore 09.15 – Jun F Km.4 + A/f Km.4

ore 09,45 – Allievi - km. 5

ore 10,15 – Sen/Pro F km.6 + Junior M Km.6

ore 10.55 – Cadetti 3 Km

Ore 11,20 – Cadette 2 Km

Ore 11,35 – Ragazze 1 Km

Ore 11,50 – Ragazzi 1 Km

Ore 12,00 – Eso 10 F 600 metri

Ore 12,10 – Eso 10 M 600 metri

Ore 12,20 – Sen/Pro M 10 Km

iscrizioni on-line entro le ore 24 di mercoledì
19 gennaio 2022.

Conferma iscrizioni entro un'ora dalla
partenza di ogni gara

Presentarsi addetto ai concorrenti entro 15
minuti dalla partenza

**Avellino – Parco Urbano Santo
Spirito
Domenica 30 gennaio 2022
Campionati Regionali Individuali e
di Società ed Corsa Campestre
Master**

Programma Tecnico

Master M fino a categoria SM55 - 6 Km
Master F e Master M60 in su 4 Km
Cross corto Jun/Pro/Sen m/f - Km 4

Possono iscriversi on line atleti di fuori regione.
Tassa di iscrizione per atleta gara € 10.
Effettuare bonifico su iban C.R. (alla pag. 9 del
notiziario sul sito regionale) ed inviare copia alla
Segreteria del C.R. o portarla alla gara

<u>Programma orario e tecnico:</u>
Ore 08.15 – Riunione Giurie e Concorrenti
Ore 09:00 Master F tutte le categorie - Master MM 60 ed oltre Km 4 + cross corto S/P/J
Ore 09.30 Master MM35 Km.6
Ore 10.15 Master MM40 Km 6
Ore 11,00 Master MM45 Km 6
Ore 11,45 Master MM50 Km 6
Ore 12.30 Master MM55 Km 6

iscrizioni on-line entro le ore 24 di mercoledì <u>26 gennaio 2022.</u> <u>Conferma iscrizioni entro un'ora dalla</u> <u>partenza di ogni gara</u> <u>Presentarsi all'addetto ai concorrenti entro 15</u> <u>minuti dalla partenza</u>
La sede del Cross è nel Parco Urbano Santo Spirito ed è ubicata ad 1 km dall'uscita di Avellino del raccordo Salerno-Avellino. Ci saranno lunga la strada cartelli che indicano la direzione da seguire.

Master (come da Regolamento Nazionale 2022)

5. PROGRAMMA TECNICO

Il programma tecnico dei Campionati è il seguente:

5.1 UOMINI: Suddivisi in base alle fasce di età nelle seguenti prove:

1) M35-M40-M45-M50-M55 Km 6

2) M60 ed oltre Km 4

5.2 DONNE:

1) F35-F40-F45-F50-F55 Km 4

2) F60 ed oltre Km 3

6. NORME DI PARTECIPAZIONE

6.1 Possono partecipare gli atleti italiani, “italiani equiparati” e stranieri (per il solo CdS) dai 35 anni in poi.

6.2 Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti.

**7. NORME DI CLASSIFICA VALIDE PER IL C.D.S. MASTER DI CORSA
CAMPESTRE**

Per ciascuna fascia d'età sono assegnati i seguenti punteggi:

7.1 M35-M40-M45-M50-M55-F35-F40-F45-F50-F55; Punti 100 al 1° classificato di ogni fascia d'età, punti 99 al 2° classificato e così a scalare di 1 punto fino al 100° classificato che riceve un punto.

7.2 M60-M65 e F60-F65: Punti **80** al 1° classificato di ogni fascia d'età, punti **79** al 2° e così a scalare di un punto fino all'**80°** classificato che riceve un punto.

7.3 Esclusivamente ai fini dell'attribuzione del punteggio di società, le fasce d'età M70-M75 ed oltre e F70-F75 ed oltre, vengono considerate come un gruppo unico (over 70), assegnando: Punti **50** al 1° classificato del gruppo “over 70”, punti **49** al secondo e così a scalare fino all'**50°** che riceve un punto.

- La classifica di Società Maschile viene stilata sommando complessivamente tra tutte le fasce d'età un massimo di **12** punteggi come di seguito suddiviso: massimo **10** punteggi complessivamente nelle fasce d'età 35/40/45/50/55; massimo **2** punteggi complessivamente nelle fasce d'età 60 ed oltre.

La classifica di Società Femminile viene stilata sommando complessivamente tra tutte le fasce d'età un massimo di **8** punteggi come di seguito suddiviso:

- massimo **6** punteggi complessivamente nelle fasce d'età 35/40/45/50/55;
- massimo **2** punteggi complessivamente nelle fasce d'età 60/65/70/75 ed oltre.

7.4 In caso di parità nella classifica complessiva si terrà conto del migliore punteggio individuale. Se la parità permane si terrà conto del secondo migliore punteggio e così via fino a che la parità non venga risolta.

7.5 Le Società con un solo punteggio non vengono classificate.

7.6 La Società maschile e femminile con il maggiore punteggio sarà proclamata Società Campione Regionale Master di Corsa Campestre.

7.7 Gli atleti in “quota stranieri” (extracomunitari che non rientrano nei parametri del regolamento nelle Norme Attività - Disposizioni Generali) possono concorrere alla formazione della classifica di Società per un massimo di 1 punteggio.

Pompei (Na) - domenica 13 febbraio 2022

Ritrovo Piazza Anfiteatro

Campionati Regionali

Individuali Assoluti

Possono iscriversi on line atleti di fuori regione.

Tassa di iscrizione per staffetta € 10.

Effettuare bonifico su iban C.R. Campano (citato alla pag. 9 del notiziario sul sito regionale) ed inviare copia alla Segreteria del C.R. o portarla alla gara

Programma Tecnico

Cross Corto S/P M-F Km 3

Allieve Km 4

Allievi Km 5

Junior F Km 4

Junior M Km 6

Assoluti F Km 6

Assoluti M Km 10

Programma orario e tecnico:

Ore 09.00 Ritrovo e conferme

Ore 09.55 Cross Corto M (S/P) m 3000

Ore 10.20 Cross Corto F (S/P) m 3000

Ore 10.45 Allievi Km 5

Ore 11.20 Allieve + Junior F
KM.4

Ore 11.55 Junior M + Assoluti F
KM.6

Ore 12.30 Assoluti M KM. 10

iscrizioni on-line entro le ore 24 di mercoledì 9 febbraio 2022.

Conferma iscrizioni entro un'ora dalla partenza di ogni gara

Presentarsi addetto ai concorrenti entro 15 minuti dalla partenza

Saranno premiati a cura del CRC i primi tre delle categorie A/J/P/S, al Campione Regionale andrà la maglia di “Campione Regionale 2022”.

Domenica 20 febbraio 2022

Avellino

Festival Staffette Corsa

Campestre tutte le Categorie

Possono iscriversi on line atleti di fuori regione.

Tassa di iscrizione per staffetta € 10 (per le categorie promozionali € 3).

Effettuare bonifico su iban C.R. Campano (citato alla pag. 9 del notiziario sul sito regionale) ed inviare copia alla Segreteria del C.R. o portarla alla gara

Programma Tecnico

Cadette / Cadetti 3x1000 m

R/e-R/i 3x1000 m

Es 10 M/F 3x500 m

SEN/PROM/JUN/ALL M 4x2000 m

SEN/PRO/JUN/ALL F M 4x2000 m

SM35/SM40/SM45/SM50/SM55 4x2000 m

SF35/SF40/SF45/SF50/SF55 4x2000 m

SM60 e oltre 3x2000 m

SF60 e oltre 3x2000 m

Programma orario e tecnico:

ore 08.30 – Riunione Giurie e Concorrenti

ore 09.15 – Staffetta 3x2000 SM60 e oltre + 3x2000 SF60 e oltre

ore 9,55 - 4x2000 S/P/J/A F + 4x2000 SF35/SF40/SF45/SF50/SF55

ore 10,45 4x2000 SM35/SM40/SM45/SM50/SM55

ore 11,35 – 3x500 Eso 10 F + Eso 10 M

ore 11,50 – 3x1000 Ragazze + Ragazzi

ore 12,10 – 3x1000 Cadette + Cadetti

ore 12,30 – 4x2000 S/P/J/A M

iscrizioni on-line entro le ore 24 di mercoledì 16 febbraio 2022.

Conferma iscrizioni entro un'ora dalla partenza di ogni gara

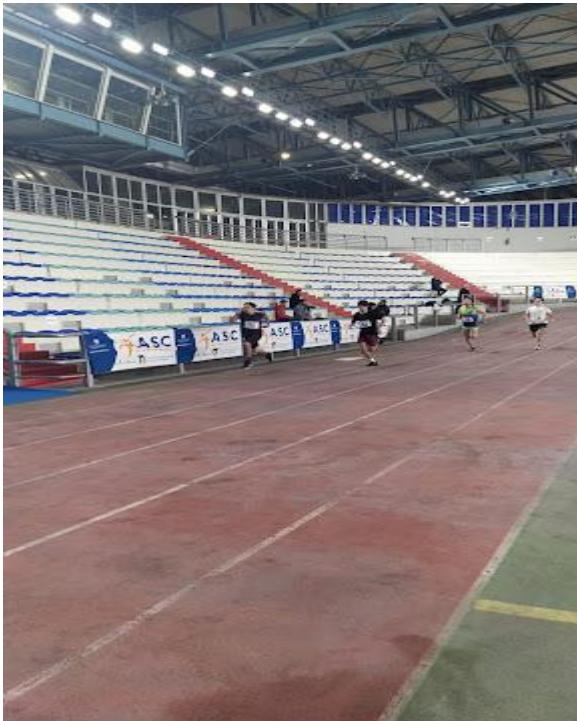
Presentarsi addetto ai concorrenti entro 15 minuti dalla partenza

Le Staffette A/J/P/S M/F dovranno essere composte da atleti della stessa società di cui almeno 1 della Categoria Allievi o Junior e con l'ordine di partenza libero.

Alle gare della 4x2000 sia Assoluta/Allievi che Master e 3x2000 Master possono partecipare massimo 2 staffette per ogni società

<p>I.C Don Milani D'Orso Via Manzoni San Giorgio a Cremano Domenica 27 febbraio 2022 Campionati Regionali Individuali Esordienti/Ragazzi/Cadetti</p>	<p>Programma Tecnico Es 10 M/F 600 metri R/i-R/e 1000 metri C/e 2000 metri C/i 3000 metri</p>
<p>Programma orario e tecnico:</p> <p>Ore 08.45 Ritrovo e conferme Ore 09.55 Cadetti 3 km Ore 10.20 Cadette 2 Km Ore 10.40 Ragazze 1000 m Ore 10.55 Ragazzi 1000 m Ore 11.15 Esordienti 10 F Ore 11.30 Esordienti 10 M</p> <p>Possono iscriversi on line atleti di fuori regione. Tassa di iscrizione per atleta gara € 3 Effettuare bonifico (iban C.R. citato alla pag. 9 del notiziario sul sito regionale) ed inviare copia alla Segreteria del C.R. o portarla alla gara</p>	<p><u>iscrizioni on-line entro le ore 24 di mercoledì 23 febbraio 2022.</u> <u>Conferma iscrizioni entro un'ora dalla partenza di ogni gara</u> <u>Presentarsi addetto ai concorrenti entro 15 minuti dalla partenza</u> Saranno premiati a cura del CRC i primi tre delle categorie, al Campione Regionale andrà la maglia di "Campione Regionale 2022".</p>

6 Marzo 2022 Telesio
Telesio Cross: Gara Nazionale di Corsa Campestre per
info al link: <https://www.teleserunning.com/>



INDOOR

Stagione 2022

15/16 gennaio – Campionati Regionali Assoluti Indoor

12/13 febbraio – Campionati Regionali Indoor E/R/C

12/13 marzo – Riunione Nazionale Indoor

- Iscrizioni on line entro le date stabilite dalle singole manifestazioni - saranno gratuite per gli atleti tesserati per le società campane, mentre la tassa per gli atleti tesserati per società di fuori regione sarà di euro 10 ad atleta gara per le categorie All/Jun/Pro/Sen/Master ed € 3 per le categorie Esor/Rag/cad.

Le Società di fuori regione regolarizzeranno le iscrizioni con bonifico su iban del C.R.

Campano – IT54Q0100503412000000002113 ed invieranno una copia del pagamento alla Segreteria – fidalcampania@libero.it

Non saranno accettate iscrizioni sul campo gara.

- Ogni atleta potrà essere iscritto a non più di due gare per manifestazione (saranno eliminate le iscrizioni “over”). Su richiesta al Fiduciario Tecnico Regionale sarà consentita una terza gara agli atleti specialisti delle Prove Multiple di interesse regionale

- Saranno in vigore tutte le norme anticovid.

- Gli atleti potranno entrare nell'impianto a partire da 1 ora e 30 minuti prima della propria gara e dovranno lasciare l'impianto dopo la premiazione

Ponticelli 15/16 Gennaio 2022 Campionati Regionali Individuali Assoluti/Allievi/Junior/Promesse + Contorno Eso/Rag/Cad

Ogni atleta potrà partecipare massimo a 2 gare nell'arco della manifestazione. Su richiesta al settore tecnico si consentirà una terza gara ad atleti specialisti delle Prove Multiple di interesse regionale

Campionati Regionali Individuali Napoli - Palaindoor di Ponticelli Sabato 15 gennaio 2022

**Programma tecnico 60 - 60 hs - 400 - 1500 - Triplo
Programma Tecnico F 60 - 60 hs - 400 - 1500 - Triplo
Cadetti/Cadette 60 - 60 hs - Lungo
Ragazzi/Ragazze 60 - 60 hs**

per i concorsi finale a 8 per gli assoluti M/F - 4 salti per i cadetti M/F

N.B Nei 1500 M - 3000 M potranno prendere parte solo atleti con minimo corso nel 2021, inferiore ai - 17'15" nei 5000 metri - 10'15" nei 3000 - 4'45" nei 1500 - 6,30 nei 2000 C/i- 2'15" 800 m - 2'50" 1000 C/i) Eventuali deroghe motivate, da richiedere al Fiduciario Tecnico Regionale

Sabato	15 gennaio 2022	
Ritrovo Giurie e Concorrenti ore 14,15	Ore 14,45 chiusura conferme Gare 60 hs R/i - hs R/e	
Ore 15,00	60 hs R/e + R/I	Triplo F battuta 7 m poi battuta 9 m
Ore 15,15	60 hs C/e	
Ore 15,25	60 hs A/e	
Ore 15,35	60 hs C/i + Ass/F	
Ore 15,45	60 hs A/i	
Ore 15,55	60 hs J/m	
Ore 16,05	60 hs Ass/m	Triplo M battuta 9 m poi battuta a 11 m
Ore 16,15	60 R/e	
Ore 16,30	60 R/i	
Ore 16,50	60 Ass/f Batterie	
Ore 17,20	60 Ass/m Batterie	Lungo C/e
Ore 17,50	60 C/e	
Ore 18,10	60 C/i	
Ore 18,30	60 Ass/f Finale A	Lungo C/i
Ore 18,35	60 Ass/m Finale B	
Ore 18,40	1500 F	
Ore 18,50	1500 M	
Ore 19,10	400 F	
Ore 19,30	400 M	

Scadenza iscrizioni on line : entro le ore 24 di giovedì 13 gennaio

Le gare saranno open ad atleti di fuori regione col pagamento della tassa gara con bonifico da inviare al C.R. Campania di 10 €.

Per le Corse la Finale A sarà corsa solo da 6 atleti tesserati in società della Regione Campania

Nei concorsi, le finali saranno composte dai primi 8 atleti tesserati per società della regione

Campania(Assoluti), più gli atleti tesserati per società di fuori regione che risultano classificati nei primi 8 della classifica generale dopo 3 salti, (Assoluti)

Campionati Regionali Indoor Assoluti Allievi Manifestazione Promoatletica Esordienti Napoli - Palaindoor di Ponticelli Domenica 16 gennaio 2022

Programma tecnico M 200 - 800 -3000- Lungo - Alto - Marcia 3 Km

Programma tecnico F 200 - 800 -3000 - Lungo - Alto - Marcia 3 Km

Cadetti/Cadette 1000 - Alto - Marcia 2 Km

Ragazzi/Ragazze 600

Esordienti 10 M/F 200

Esordienti 5 M/F Promoatletica (Circuito per il miglioramento delle Capacità Coordinative)

Esordienti 8 M/F Promoatletica (Circuito per il miglioramento delle Capacità Coordinative con elementi di base per le capacità di corsa salti e lanci)

N.B Nei 1500 M - 3000 M potranno prendere parte solo atleti con minimo corso nel 2021, inferiore ai - 17'15" nei 5000 metri - 10'15" nei 3000 - 4'45' nei 1500 - 6,30 nei 2000 C/i- 2'15"

800 m - 2'50" 1000 C/i) Eventuali deroghe motivate, da richiedere al Fiduciario Tecnico

Regionale

Per il Promoatletica riservato alle categorie Esordienti 5 e 8 utilizzare il modulo di iscrizione pubblicato sul sito ed inviato per e-mail

Domenica	16 gennaio 2022	
Ritrovo Giurie e Concorrenti ore 8,45		
Ore 9,15	Marcia 3 Km Ass M/F + 2 Km C/i C/e	
Ore 9,45	Circuito Promoatletica Es 5 m/f	
Ore 10,30	Circuito Promoatletica Es 8 m/f	
Ore 11,15	200 Es 10 F	Alto C/e + F
Ore 11,35	200 Es 10 M	
Ore 11,55	600 R/e + R/i	
Ore 12,10	1000 C/e	Lungo F
Ore 12,20	1000 C/i	
Ore 12,30	3000 F + M Serie tempi minori	Alto C/i + M
Ore 12,45	3000 M	
Ore 13,10	200 F	Lungo Ass/m
Ore 13,30	200 M	
Ore 13,50	800 F	
Ore 14,00	800 M	

Scadenza iscrizioni on line : entro le ore 24 di giovedì 13 gennaio

Le gare saranno open ad atleti di fuori regione col pagamento della tassa gara con bonifico da inviare al C.R. Campania di 10 €.

Per le Corse la Finale A sarà corsa solo da 6 atleti tesserati in società della Regione Campania

Nei concorsi, le finali saranno composte dai primi 8 atleti tesserati per società della regione

Campania (Assoluti), più gli atleti tesserati per società di fuori regione che risultano classificati nei primi 8 della classifica generale dopo 3 salti, (Assoluti)

Le progressioni per le gare di salto in alto verranno comunicate il giorno della gara

12/13 febbraio - Campionati Regionali Promozionale Giovanile E/R/C Indoor - Org. CR FIDAL CAMPANIA

Ogni atleta potrà partecipare massimo a 2 gare nell'arco della manifestazione. Su richiesta al settore tecnico si consentirà una terza gara, ad atleti specialisti delle Prove Multiple, di interesse regionale

Campionati Regionali Individuali Napoli Eso10/Rag/Cad- Palaindoor di Ponticelli Sabato 12 febbraio 2022

Programma tecnico 60 - 60 hs – 200 – Lungo
Programma Tecnico F 60 - 60 hs – 200 – Lungo
Cadetti/Cadette 60 - 60 hs –1000 – Lungo
Ragazzi/Ragazze 60 - 60 hs -- Lungo

Concorsi finale a 8 per gli assoluti M/F - 4 salti per i Cadetti M/F- 3 per i Ragazzi e gli Esordienti

Sabato	12 febbraio 2022	
Ritrovo Giurie e Concorrenti ore 14,15	Ore 14,45 chiusura conferme Gare 60 hs R/i -hs R/e	
Ore 15,00	60 hs R/e + R/I	
Ore 15,15	60 hs C/e	Lungo R/e+Cadette
Ore 15,25	60 hs A/e	
Ore 15,35	60 hs C/i + F	
Ore 15,45	60 hs A/i	
Ore 15,55	60 hs J/m	
Ore 16,05	60 hs M	
Ore 16,15	60 R/e	Lungo R/i + Cadetti
Ore 16,30	60 R/i	
Ore 16,50	60 F Batterie	
Ore 17,20	60 M Batterie	Lungo F
Ore 17,50	60 C/e	
Ore 18,10	60 C/i	
Ore 18,30	60 F Finale A	Lungo M
Ore 18,35	60 M Finale B	
Ore 18,40	1000 C/e	
Ore 18,50	1000 C/I	
Ore 19,20	200 F	
Ore 19,30	200 M	

Scadenza iscrizioni on line : entro le ore 24 di giovedì 10 febbraio

- per gli atleti fuori regione la tassa di iscrizione ad atleta gara – categorie assolute (all/jun/pro/sen/master) è di € 10 – categorie promozionali (esor/rag/cad) € 3.
- Effettuare il bonifico su iban C.R. Campano (citato alla pag. 9 del notiziario sul sito regionale) ed inviarlo alla Segreteria del C.R. o portarne una copia il giorno della gara.

Per le Corse la Finale A sarà corsa da 6 atleti qualsiasi sia la regione di tesseramento. Nei concorsi alle finali parteciperanno i primi 8 atleti in graduatoria qualsiasi sia la regione di tesseramento

Campionati Regionali Indoor Assoluti Eso 10/Rag/Cad

Manifestazione Promoatletica Esordienti

Napoli - Palaindoor di Ponticelli

Domenica 13 febbraio 2022

Programma tecnico M 400 - 800 – Alto - Marcia 3 Km

Programma tecnico F 400 - 800 – Alto - Marcia 3 Km

Cadetti/Cadette 300 - Alto - Marcia 2 Km

Ragazzi/Ragazze 1000 –Alto – Marcia 1 Km

Esordienti 10 M/F 60 – 600 – Marcia 1 Km - Lungo

Domenica	13 febbraio 2022	
Ritrovo Giurie e Concorrenti ore 8,45		
Ore 9,15	60 Es 10 F	
Ore 9,30	60 Es 10 M	
Ore 9,50	Marcia 3 Km Ass M/F + 2 Km C/i C/e	Alto R/i+R/e
Ore 10,25	Marcia 1 Km R/e-R/i-Es10F-Es10M	
Ore 10,35	800 F	Lungo Es 10 F
Ore 10,45	800 M	
Ore 10,55	1000 R/e	Alto C/e+ Ass F
Ore 11,10	1000 R/i	
Ore 11,25	600 Es 10 F	Lungo Es 10 M
Ore 11,35	600 Es 10 M	
Ore 11,50	300 C/e	Alto C/i +Ass M
Ore 12,10	300 C/i	
Ore 12,30	400 F	
Ore 12,50	400 M	

Scadenza iscrizioni on line : entro le ore 24 di giovedì 10 febbraio

- per gli atleti fuori regione la tassa di iscrizione ad atleta gara – categorie assolute (all/jun/pro/sen/master) è di € 10 – categorie promozionali (esor/rag/cad) € 3.
- Effettuare il bonifico su iban C.R. Campano (citato alla pag. 9 del notiziario sul sito regionale) ed inviarlo alla Segreteria del C.R. o portarne una copia il giorno della gara.

Nei concorsi, le finali saranno composte dai primi 8 atleti categoria Assoluti qualsiasi sia la regione di tesseramento

- Ogni atleta potrà essere iscritto a 2 gare nell'arco della manifestazione.
- **Il settore tecnico consentirà una terza gara ad atleti specialisti delle Prove Multiple di interesse regionale**
- Saranno in vigore tutte le norme anticovid
- Per i Campionati Regionali saranno premiati i primi 3 campani.
- Ogni atleta con accompagnatore potrà entrare nel palazzetto a partire da 1 ora e mezza prima della sua gara

12/13 marzo – Riunione Nazionale INDOOR – PalaVesuvio

Org. CR Campano FIDAL

Programma Tecnico - sabato 12 marzo	Programma Orario -sabato 12 marzo
Gare A/J/P/S/M maschili 60 – 300 – 1000 – triplo – Alto	Ore 15.00 – Ritrovo Ore 15.30 – 60 C/m triplo C/e-C/i Ore 15,50 – 60 C/f
Gare A/J/P/S/M femminili 60 – 300 – 1000 – triplo	Ore 16,20 – 60 M triplo F Ore 16,50 – 60 F
Gare C/i – C/e 60 – triplo (Valido C.R.I)	Ore 17.15 – 1000 M alto M Ore 17.40 – 1000 F triplo M Ore 18,00 – 300 M Ore 18.20 – 300 F
Programma Tecnico – domenica 13 marzo	Programma orario – domenica 13 marzo
Gare A/J/P/S/M maschili 60hs - 600 – 1500 – Lungo – Gare A/J/P/S/M femminili 60hs - 600 – 1500 – Lungo - Alto Gare R/i –R/e 60 hs - 200 – Lungo	Ore 8,45 – Ritrovo Ore 9,15 – 1500 F lungo R/i +R/e – Alto F Ore 9,30 – 1500 M Ore 9,45 – 200 R/e Ore 10,00 –200 R/i Ore 10,20 – 600 F lungo M Ore 10,40 – 600 M Ore 11,10 – 60 hs R/e + R/i Ore 11,25 – 60 hs C/e + A/e lungo F Ore 11,35 – 60 hs C/i + F Ore 11,55 – 60 hs A/i + J/m Ore 12,10 – 60 hs M

- Iscrizioni on line entro le ore 24 di giovedì 10 marzo, per gli atleti fuori regione la tassa di iscrizione ad atleta gara – categorie assolute (all/jun/pro/sen/master) è di € 10 – categorie promozionali (esor/rag/cad) € 3.
- Effettuare il bonifico su iban C.R. Campano (citato alla pag. 9 del notiziario sul sito regionale) ed inviarlo alla Segreteria del C.R. o portarne una copia il giorno della gara.
- Ogni atleta potrà gareggiare a due gare nell'ambito della manifestazione
- Saranno attive tutte le norme anticovid
- Saranno premiati, indipendentemente dalla categoria di appartenenza i primi 3 di ogni gara.



LANCI INVERNALI

15-16 gennaio 2022

Avellino

Iscrizioni entro le ore 24 di mercoledì 12 gennaio 2022

Conferma iscrizioni un'ora prima della gara

**Trofeo Invernale Lanchi - 1^
Prova Regionale**

Programma Tecnico

Assoluti M /Promesse M – martello (Kg.7,260), disco (Kg.2), giavellotto (gr.800)

Giovanili M (Jun+All) – martello Kg.6, disco (kg.1,750), giavellotto (gr.800)

Assoluti F/Promesse F – martello (Kg.4), disco (Kg.1), giavellotto (gr.600)

Giovanili F (Jun+All) – martello (Kg.4), disco (Kg.1), giavellotto (gr.600)

Gare di Contorno Lanchi: Peso (Allievi-Junior-Promesse-Senior)

Programma orario sabato 15 gennaio:

ore 14.30 Ritrovo

ore 15.30 Giav F

ore 15,30 Peso M

ore 16.30 Giav M

Ore 16,30 Peso F

Programma orario domenica 16 gennaio:

ore 09.00 Ritrovo

ore 10.00 Martello M e F

ore 11.00 Disco F

ore 12.00 Disco M

Alle iscrizioni degli atleti fuori regione sarà applicata la tassa di euro 10 ad atleta/gara.

Per la partecipazione e l'ammissione alle finali nazionali si fa riferimento al Regolamento Nazionale

5-6 febbraio 2022

Salerno

Iscrizione online entro le 24 di

Mercoledì 2 febbraio 2022

Trofeo Invernale Lanci 2^

prova Regionale

**Valida per l'assegnazione dei titoli
individuali**

**Campionati Regionali Individuali
Cadetti e Cadette Lanci Invernali**

Programma Tecnico

Assoluti M /Promesse M – martello (Kg.7,260), disco (Kg.2), giavellotto (gr.800)

Giovanili M (Jun+All) – martello Kg.6, disco (kg.1,750), giavellotto (gr.800)

Assoluti F/Promesse F – martello (Kg.4), disco (Kg.1), giavellotto (gr.600)

Giovanili F (Jun+All) – martello (Kg.4), disco (Kg.1), giavellotto (gr.600)

Cadetti/Cadette Peso -Martello - Disco - Giavellotto

Programma orario sabato:

ore 14.30 Ritrovo ore

ore 15.00 Giav F + C/e Peso C/i

ore 16.15 Giav M + C/i Peso C/e

Programma orario domenica:

ore 8.45 Ritrovo

ore 9.30 Martello M e F + C/i e C/e

ore 11.00 Disco F + C/e

ore 12.00 Disco M + C/i

Per gli atleti fuori regione la tassa di iscrizione ad atleta gara – categorie assolute (all/jun/pro/sen/master) è di € 10 – categorie promozionali (cad) € 3.

Effettuare il bonifico su iban C.R. Campano (citato alla pag. 9 del notiziario sul sito regionale) ed inviarlo alla Segreteria del C.R. o portarne una copia il giorno della gara.

Per la partecipazione e l'ammissione alle finali nazionali si fa riferimento al Regolamento Nazionale





MARCA Invernale

SDD

Il CRC Fidal indice ed organizza il Trofeo di Marcia Invernale per domenica 20 marzo 2022

Categorie partecipanti = Esordienti 10, Ragazzi, Cadetti, Allievi, Junior, Promesse, Senior, Master.

La manifestazione si terrà a - Sede da Destinare

Programma Orario

Ore 09.30 – Ritrovo

Ore 09.50 – Esordienti m/f km. 1

Ore 10.05 – Ragazzi/e Km.2

Ore 10.30 – Cadetti/e Km.3

Ore 10.50 – Allievi/Junior/Promesse/Senior/Master F Km. 4

Ore 11.20 – Allievi/Junior/Promesse/Senior/Master M Km. 6

Scadenza iscrizioni on line: entro le ore 24 di mercoledì 16 marzo

per gli atleti fuori regione la tassa di iscrizione ad atleta gara – categorie assolute (all/jun/pro/sen/master) è di € 10 – categorie promozionali (esor/rag/cad) € 3.

Effettuare il bonifico su iban C.R. Campano (citato alla pag. 9 del notiziario sul sito regionale) ed inviarlo alla Segreteria del C.R. o portarne una copia il giorno della gara. Saranno premiati i primi 3 di ogni categoria.





STRADA INVERNALE

Manifestazioni di corsa su strada che si svolgono in Campania

2 gen	FORIO d'ISCHIA – 16^ Forio in Corsa Km.10 org. Forti e Veloci Isola d'Ischia -
20 feb	CAIVANO – Kurren Kurren Km.10 (org. Atl. Caivano)
27 feb	NAPOLI – 8. NAPOLI City MARATHON (org. Napoli Running)
27 mar	NAPOLI – Caracciolo Gold Run Walk of Life Km.15 Org. Napoli Sport Events