

GIOCHI ESTIVI DELL'ESORDIENTE
Corri, salta, lancia
(contorno assoluti e cadetti)
NAPOLI (Virgiliano) 15 GIUGNO 2025

PROGRAMMA ORARIO DEFINITIVO

Programma tecnico del corri, salta, lancia:

Esordienti 5 M/F: 30 – lungo – lancio della pallina

Esordienti 8 M/F: 30 – lungo - vortex

Gare di contorno

Assoluti M/F: 200 - 800

Cadetti: 300 – 2000 – triplo – alto - peso

Cadette: 300 – 2000 – triplo – peso

Esordienti 10 M/F: 50 – alto - vortex

Programma orario

08.30	Ritrovo		
09.15		Alto Es 10 M/F	Vortex Es 10 F
09.30	2000 C/i e C/e		
09.45	Esordienti 5 M/F 30 metri a seguire lungo e lancio della pallina		
10.15	Esordienti 8 M/F 30 metri a seguire lungo e vortex		
10.45	50 Es 10 F	Alto C/i	Peso C/i e C/e
11.00	50 Es 10 M		
11.20	800 F		
11.25	800 M		
11.40	300 C/e		Vortex Es 10 M
11.50	300 C/i	Tripla C/i e C/e	
12.00	200 F		
12.15	200 M		

Si invitano le Società a confermare la partecipazione degli atleti entro 60 minuti prima dell'inizio di ogni gara

Tutti gli atleti, ad esclusione degli Esordienti 5 ed 8, possono partecipare a non più di 2 gare.

Nelle gare di velocità gli Esordienti partiranno in piedi.

Gli esordienti 5 ed 8 nei concorsi effettueranno 2 prove ciascuno.

Nel salto in alto gli esordienti 10 avranno a disposizione 2 tentativi per ciascuna misura.

Nel Lungo Esordienti gli atleti salteranno con stacco libero in area delimitata di larghezza 1m x 1,22 m posizionata a 30cm dal bordo della buca. Il salto sarà misurato dal segno lasciato nell'area di battuta più vicino alla zona di caduta o dal bordo dell'area se l'atleta stacca prima.

Progressione Alto Esordienti 10 M/F:

0.90-0.95-1.00-1.05-1.10-1.15-1.18 a seguire di 2 cm in 2 cm

Costo iscrizioni atleta gara:

CATEGORIA	FUORI REGIONE	REGIONALE IN RI-TARDO	FUORI REGIONE IN RI-TARDO
ESORDIENTI 5-8	3,00 €	2,00 €	5,00 €
ESORDIENTI 10	3,00 €	4,00 €	5,00 €
RAGAZZI	3,00 €	4,00 €	5,00 €
CADETTI	3,00 €	4,00 €	5,00 €
ASSOLUTI	8,00 €	5,00 €	10,00 €

Modalità di pagamento

Bonifico bancario intestato a "Comitato Regionale Fidal Campania"

IBAN: IT54Q0100503412000000002113

Causale: iscrizione alla gara gara....cod.soc..".

Inviare la distinta di pagamento effettuato alla seguente mail: fidalcampania@libero.it