

CDS RAGAZZI E RAGAZZE

PRIMA FASE INTERPROVINCIALE ROMA

e GARE EXTRA S/P/J/A M&F

Stadio "Olindo Galli", Tivoli, sabato 20 maggio 2023

DISPOSITIVO TECNICO – ORGANIZZATIVO

- ORGANIZZAZIONE:** COMITATO PROVINCIALE FIDAL ROMA Via Flaminia Nuova, 830 – 00191 – Roma
Tel: 06.33221775 – *Email:* cp.roma@fidal.it
- IMPIANTO LUOGO GARA:** Tivoli, Stadio Olindo Galli, strada Empolitana, Km 3
- GARA ONLINE:** CDS RAGAZZI/E Fase Interprovinciale Roma - Riferimento per le iscrizioni online **ID REG32094** – primo campo a sinistra che ordina l'elenco delle gare disponibili.
- ISCRIZIONI** Per eventuali problemi e informazioni procedurali contattare il referente iscrizioni telefonicamente.
- CHIUSURA ISCRIZIONI:** Le iscrizioni termineranno giovedì 18 maggio 2023 alle ore 24:00.
- PUBBLICAZIONE ISCRIZIONI:** l'elenco degli iscritti sarà pubblicato venerdì 19 maggio 2023 sul sito Regionale, dopo le ore 15:00. Raccomandiamo a tutti di verificare l'esattezza delle operazioni di iscrizione svolte online.
- CONFERMA ISCRIZIONI:** da effettuare entro 60' prima dell'inizio della gara da un tecnico sociale.
- REFERENTI:**
Ref. Organizzativo: Alessandra Palombo, Gianni Bayram
Delegato tecnico:
Ref. Tecnico: Alessia Manfredelli
Ref. Iscrizioni: Luigi Botticelli – cell. 335.7624042 – email: iscrizioni@fidallazio.it
- PAGAMENTO ISCRIZIONI:** RAG M/F: 2€/6€ A STAFFETTA

PROGRAMMA TECNICO: 1^a giornata CDS Fase Interprovinciale Roma
 RAGAZZI: 60hs/300/1000/marcia km 2 + vortex/lungo - staffetta 4 X 100;
 RAGAZZE: 60hs/300/1000/marcia km 2 + vortex/lungo - staffetta 4 X 100.

GARE EXTRA ASSOLUTI S/P/J/A M: 110hs,400hs, salto in alto
 SEN/P/J/A M&F S/P/J/A F: 100hs,400hs,2000siepi (allieve), salto in alto

PREMIAZIONI: saranno premiati i/le primi/e8 classificati/e
 saranno premiate le prime 3 staffette M&F classificate

PRESENTAZIONE ALLA CAMERA D'APPELLO:

Gli atleti muniti della tessera federale o di altro documento di identità, dovranno presentarsi in Camera d'Appello 20' prima dell'orario previsto per la propria gara. Al termine della gara lasceranno il campo uscendo dal cancello situato all'arrivo. Dirigenti e Tecnici non saranno ammessi in nessun caso nel campo di gara.

PROGRAMMA ORARIO 1^a giornata sabato 20 maggio 2023

ORA	RAGAZZI	RAGAZZE
15:00	Salto in lungo P1 Gruppo 1/vortex P1 Gruppo1	60hs
15:15	60hs	Salto in lungo P2 Gruppo 1/vortex P2 Gruppo1
15:30		300mt
15:50	300mt	
16:10		1000mt
16:15	Salto in lungo P1 Gruppo 2/vortex P1 Gruppo2	Salto in lungo P2 Gruppo 2/vortex P2 Gruppo2
16:25	1000mt	
16:40		Marcia 2km
17:00	Marcia 2km	
17:20		4x100mt
17:50	4x100mt	

N.B. gli orari potranno subire variazioni in base al numero degli iscritti.



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Provinciale Roma

ORARIO GARE EXTRA ASSOLUTI SEN/P/J/A M&F

ORARIO	SENIORES M	SENIORES F	PROMESSE M	PROMESSE F	JUNIORES M	JUNIORES F	ALLIEVI M	ALLIEVE F
15:00		Salto in alto		Salto in alto		Salto in alto		
16:30	Salto in alto		Salto in alto		Salto in alto			
17:30								Salto in alto
18:15	110hs h1,06		110hs h 1,06					
18:20					110hs h 1,00		Salto in alto	
18:25							110hs h91	
18:35		100hs h 0,84		100hs h 0,84		100hs h 0,84		
18:45								100hs h 0,76
18:55	400hs h 0,91		400hs h 0,91		400hs h 0,91			
19:05							400hs h 0,84	
19:10		400hs h 0,76		400hs h 0,76		400hs h 0,76		400hs h 0,76
19:30								2000 st h 0,76

NORME TECNICHE CAT RAGAZZI/E:

- Ogni Società potrà iscrivere un numero illimitato di atleti.
- Nella prima e seconda giornata ogni atleta potrà partecipare a 2 gare + la staffetta.
- Nelle gare fino ai 300mt compresi la partenza avverrà dai blocchi.
- m 60hs M/F: 6 ostacoli, h 0,60, distanze m 12,00 - 5 x m 7,50 - m 10,50
- nei lanci e nei salti le prove a disposizione saranno tre.
- Le Società maschili e femminili per essere classificate, devono sommare da un minimo di 10 punteggi ad un massimo di 12 punteggi da ottenere costruendo combinazioni secondo il seguente schema: 60hs/300/1000/marcia km 2 + vortex/lungo oppure 60/600/200hs + alto/quadruplo*/peso (con 9 combinazioni differenti, 5 atleti diversi ed un massimo di 2 combinazioni per atleta), con la possibilità di inserire

una sola staffetta che avrà il punteggio tabellare raddoppiato. I risultati da utilizzare nelle combinazioni potranno essere ottenuti anche in giornate diverse.

NORME TECNICHE SALTO IN ALTO ASSOLUTI S/P/J/A M&F:

PROGRESSIONE J/P/S M: 1-60-1.70-1.80-1.85-1.88-1.91-1.94 poi di 3 cm in 3 cm

PROGRESSIONE A/i: 1.40-1.50-1.60-1.65-1.70-1.73-1.76-1.79 poi di 2 cm in 2 cm

PROGRESSIONE J/P/S F: 1.40-1.45-1.50-1.55-1.60-1.63-1.66-1.69-1.72-1.74-1.76 poi di 2 cm in 2 cm

PROGRESSIONE A/e: 1.30-1.40-1.45-1.50-1.53-1.55-1.57 poi di 2 cm in 2 cm

MODULO DI AUTOCERTIFICAZIONE REQUISITI SCARPE ASSOLUTI/E

I requisiti delle scarpe utilizzate in gara devono corrispondere a quanto previsto dalla Regola Tecnica 5 RT del RTI e dall' Athletics Shoe Regulation WA. Per il rispetto della regola delle norme ciascun atleta delle categorie Allievi, Junior, Promesse e Senior deve presentarsi in Camera d' Appello munito del Modulo di Autocertificazione di Conformità, precompilato, al fine di verificare la presenza della scarpa utilizzata nella "WA Shoe Compliance List" o accertarne direttamente la regolarità.

https://www.fidal.it/upload/files/GGG/Modulistica/Mod.66_DichiarazioneScarpe_ITA.pdf