

**CdS di Corsa Assoluti**  
**Camp. Reg. Individuali Junior – Promesse - Senior**  
**Gare di contorno**  
**Nocera 28 marzo 2026**

**Programma Tecnico**

Jun/Pro/Sen M/F: km.10

**Gare di contorno:**

Assoluti M/F: Alto – Giav – Triplo (M) – Lungo (F)

Cadetti/e: Giav

**Programma Orario**

ore 13.00 Ritrovo

ore 14.00 km.10 F

ore 15.00 Km 10 M Alto M - Lungo F

Giav F + C/i + C/e

ore 16.50 Alto F- Triplo M

Giav M

**Conferma partecipazione entro 60' minuti dall'inizio di ogni gara.**

**Regolamento CdS Corsa Regionale**

**CdS Assoluto M e F:** Ogni società può partecipare con un numero illimitato di atleti.

Saranno assegnati punti 100 al primo classificato, 99 al secondo e così a scalare di un punto; un punto sarà comunque assegnato a tutti i classificati oltre il 100° posto. Ogni società potrà sommare un minimo di 3 punteggi ed un massimo di 4 punteggi.

Per la composizione delle serie si terrà conto del miglior accredito conseguito nella stagione in corso o nelle stagioni 2024 e 2025, comparando con la tabella di punteggio le gare in pista dei 10.000 metri, 5000 metri, 3000 metri, 3000 metri siepi. Il delegato tecnico valuterà eventuali accrediti di tempi ottenuti in gare ufficiali su strada.

Iscrizioni on line entro le ore 20 del giovedì precedente la gara.

Il programma orario potrà subire variazioni in relazione al numero degli atleti iscritti

Gli atleti delle categorie allievi/e e junior lanciano con gli attrezzi della propria categoria.

Gli atleti della categoria master potranno optare di lanciare con gli attrezzi degli allievi e junior se previsto dalle rispettive categorie

Costo iscrizioni atleta gara

CATEGORIA	FUORI REGIONE	REGIONALE SUL CAMPO	FUORI REGIONE SUL CAMPO
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@gmail.com](mailto:fidalcampania@gmail.com)

**Riunione Regionale  
Esordienti – Ragazzi – Cadetti  
NOCERA 29 marzo 2026**

Programma tecnico

Esordienti 10 M/F: 50 - 600  
 Ragazzi: 60 - 1000 – Lungo – Vortex – 4x100  
 Ragazze: 60 - 1000 –Vortex – Alto – 4x100  
 Cadetti/e: 80 – 1000 – Marcia Km 5 e 3 – Triplo – 4x100

Programma orario:

08.30	Ritrovo		
09.30	50 Es F	Lungo R/i	Vortex R/e
09.50	50 Es M		
10.10	60 R/e		
10.30	60 R/i		
10.50	80 C/e		
11.10	80 C/i	Triplo C/i e C/e	Vortex R/i
11.30	600 Es F		
11.40	600 Es M		
11.50	1000 R/e		
12.00	1000 R/i		
12.10	1000 C/e		Alto R/e
12.20	1000 C/i		
12.30	4x100 R/e		
12.40	4x100 R/i		
12.50	4x100 C/e		
13.00	4x100 C/i		
13.10	Marcia Km 3 e 5		

Iscrizioni on line entro le ore 20 del giovedì precedente la gara.

Conferma partecipazione: entro 60' prima dell'inizio di ogni singola gara.

Il programma orario potrà subire variazioni in relazione al numero degli atleti iscritti

Partenze gare di velocità:

Esordienti in piedi

Ragazzi 4 appoggi con o senza blocchi

Nei concorsi riservati alla categoria ragazzi/e, a parte il salto in alto, tutti gli atleti effettueranno 3 prove. Al termine delle 3 prove i migliori 8 effettueranno la quarta prova.

Costo iscrizioni atleta gara

CATEGORIA	FUORI REGIONE	REGIONALE SUL CAMPO	FUORI REGIONE SUL CAMPO
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@gmail.com](mailto:fidalcampania@gmail.com)

**Riunione regionale  
Cadetti - Allievi – Junior - Senior  
BATTIPAGLIA 11 APRILE 2026**

Assoluti M/F: 100 - 400 - 400hs - 800 – Lungo (M) – Giav – Peso – Marcia km 5  
 Cadetti/e: 80 – 300 - 300hs - Lungo – Alto – Giav - Peso  
 Ragazzi/e: Peso - Giav

**Programma orario:**

14.15	Ritrovo		
15.15	300hs C/e e C/i	Lungo M	Giav F+ C/e + C/i Peso M/F
15.20	400hs F		
15.30	400hs A/i		
15.40	400hs M		
15.50	80 C/e		
16.10	80 C/i	Lungo C/e	
16.30	100 F	Alto C/i	Peso R/I e R/e
16.45	100 M		Giav M
17.30	300 C/e	Lungo C/i	
17.40	300 C/i		
17.55	400 F		Giav R/i (400g) + R/e (300g)
18.10	400 M	Alto C/e	Peso C/i e C/e
18.35	800 F		
18.40	800 M		
19.00	Marcia Km 5 M/F		

Iscrizioni on line, gratuite per le società della regione Campania, entro le ore 20 del giovedì precedente la manifestazione.  
 Il programma orario potrà subire variazioni in relazione al numero degli atleti iscritti.

**Nelle gare di corsa la serie dei migliori atleti si svolgerà per prima e così a scalare con le successive.**

Gli atleti delle categorie allievi/e e junior lanciano con gli attrezzi della propria categoria.

Gli atleti della categoria master potranno optare di lanciare con gli attrezzi degli allievi e junior, se previsto dalle rispettive categorie. In questo caso trattandosi di gara master dovranno effettuare 4 lanci e non 3+3.

Per gli atleti master maschile non è ammesso lanciare con gli attrezzi delle gare riservate al settore femminile.

Nei concorsi riservati alla categoria ragazzi/e, a parte il salto in alto, tutti gli atleti effettueranno 3 prove. Al termine delle 3 prove i migliori 8 effettueranno la quarta prova.

Costo iscrizioni atleta gara:

CATEGORIA	FUORI REGIONE	REGIONALE RITARDO	IN	FUORI REGIONE RITARDO	IN
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](mailto:fidalcampania@libero.it)

## MEETING STAFFETTA VIRGILIANO RECORD

### CdS e CRI di Corsa Allievi

### Contorno Napoli (Virgiliano) 12 aprile 2026

La FIDAL CAMPANIA e l'A.S.D. ATLETICA VIRGILIANO organizzano la 18<sup>a</sup> Edizione del "MEETING STAFFETTA VIRGILIANO RECORD" riservato alle categorie Esordienti 10, Ragazzi e Cadetti.

#### Programma Tecnico

**Allieve:** 20 minuti

**Allievi:** 30 minuti

**Esordienti 10) M/F** 4x50 - 3x600

**Ragazzi/e** 4x100 - 3x800 – Martello (2kg – 1kg)

**Cadetti/e** 4x100 - 3x1000 - Martello – Disco – Triplo (solo cadette)

**Assoluti M/F:** 4x100 – 4x400 (mista) – Martello - Disco – Triplo (solo F)

#### Programma Orario

##### ore 08.30 Ritrovo

ore 09.15

Martello M + F + C/i + C/e + R/i + R/e

ore 09.45 4x50 Es.F

Triplo C/e

ore 09.55 4x50 Es.M

ore 10.05 4x100 R/e

ore 10.10 4x100 R/i

Disco C/i + C/e + F

ore 10.15 4x100 C/e

Triplo F

ore 10.25 4x100 C/i

ore 10.35 4x100 F

ore 10.45 4x100 M

Disco M

ore 11.00 3x600 Es.F + Es M

ore 11.15 3x800 R/e + R/i

ore 11.30 3x1000 C/e + C/i

ore 12.00 20' Allieve

ore 12.30 30' Allievi

ore 13.15 4x400 Mista (uomo-donna-uomo-donna)

Iscrizioni on line, gratuite per le società della regione Campania, entro le ore 20 del giovedì precedente la manifestazione.

Il programma orario potrà subire variazioni in relazione al numero degli atleti iscritti.

Ogni atleta potrà prendere parte a non più di 2 gare.

Gli atleti delle categorie allievi/e e junior lanciano con gli attrezzi della propria categoria.

Gli atleti della categoria master potranno optare di lanciare con gli attrezzi degli allievi e junior, se previsto dalle rispettive categorie. In questo caso trattandosi di gara master dovranno effettuare 4 lanci e non 3+3.

Per gli atleti master maschili non è ammesso lanciare con gli attrezzi delle gare riservate al settore femminile.

Nei concorsi riservati alla categoria ragazzi/e, a parte il salto in alto, tutti gli atleti effettueranno 3 prove. Al termine delle 3 prove i migliori 8 effettueranno la quarta prova.

Costo iscrizioni atleta gara:

CATEGORIA	FUORI REGIONE	REGIONALE RITARDO	IN	FUORI REGIONE RITARDO	IN
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@gmail.com

**Nocera Sprint Festival**  
**“Il più veloce della provincia di Salerno**  
**Riunione regionale**  
**NOCERA INFERIORE (SA) 18 APRILE 2026**

**Programma tecnico gare promozionali riservate alle società della provincia di Salerno**

Esordienti M/F: 4)-6): 50  
 Esordienti M/F: 8)-10): 60  
 Ragazzi/e: 200

**Programma tecnico riunione regionale**

Ragazzi/e: Giav. (0,400g / 0,300g)

Cadetti/e: 80 – 2000 - 300hs - alto (F) – triplo - giav

Assoluti M/F: 100 - 300 – 800 - 400hs - 5000 - triplo (F) – lungo (M) – alto (F) - giav

**Programma orario:**

<b>14.00</b>	<b>Ritrovo</b>		
15.00	50 Es F 4) e 6)		Giav R/i e R/e
15.10	50 Es M 4) e 6)		
15.20	60 Es F 10)		
15.30	60 Es M 10)	Alto C/e + F	
15.45	200 R/e		Giav C/i e C/e
15.55	200 R/i		
16.10	80 C/e		
16.20	80 C/i		
16.35	100 F	Lungo M	
16.50	100 M		Giav M/F
17.20	300 hs C/e		
17.25	300 hs C/i		
17.30	400 hs F		
17.35	400 hs A/i		
17.40	400 hs M		
17.50	300 F	Triplo C/e + C/i + F	
18.00	300 M		
18.15	2000 C/i e C/e		
18.30	800 F		
18.35	800 M		
18.50	5000 F		
19.10	5000 M		

Iscrizioni on line, gratuite per le società della regione Campania, entro le ore 20 del giovedì precedente la manifestazione.  
 Il programma orario potrà subire variazioni in relazione al numero degli atleti iscritti.

Relativamente agli atleti tesserati per le società della provincia di Salerno, le gare degli 80 metri cadetti/e e dei 100 metri allievi/e determineranno il ragazzo più veloce di Nocera.

Nelle gare dei 60 Ragazzi/e gli atleti partiranno dai 4 appoggi (utilizzo facoltativo blocchi di partenza).

Nelle gare dei 50 Esordienti gli atleti partiranno in piedi.

Nelle gare dei 200 Ragazzi/e gli atleti partiranno in piedi ed in linea.

Nei concorsi riservati alla categoria ragazzi/e, a parte il salto in alto, tutti gli atleti effettueranno 3 prove. Al termine delle 3 prove i migliori 8 effettueranno la quarta prova.

**Nelle gare di corsa la serie dei migliori atleti si svolgerà per prima e così a scalare con le successive.**

Gli atleti delle categorie allievi/e e junior lanciano con gli attrezzi della propria categoria.

Gli atleti della categoria master potranno optare di lanciare con gli attrezzi degli allievi e junior, se previsto dalle rispettive categorie. In questo caso trattandosi di gara master dovranno effettuare 4 lanci e non 3+3.

Per gli atleti master maschile non è ammesso lanciare con gli attrezzi delle gare riservate al settore femminile.

Costo iscrizioni atleta gara:

CATEGORIA	FUORI REGIONE	REGIONALE RITARDO	IN	FUORI REGIONE RITARDO	IN
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@gmail.com](mailto:fidalcampania@gmail.com)

## Riunione regionale

### NAPOLI 19 APRILE 2026

#### Programma tecnico

Assoluti M/F: 200 - 110hs/100hs - 1500 – 2000st/3000st – 4x400 - triplo (M) – lungo (F) – alto (M) - asta - martello - peso  
 Cadetti/e: 80/100hs - 1200st - lungo (M) – asta - martello  
 Ragazzi/e: 60hs – marcia km 2 - disco (1kg – 0,750 kg)

#### Programma orario:

<b>14.00</b>	<b>Ritrovo</b>		
15.00	80hs C/e	Lungo C/i Asta M/F (tutti)	Martello M/F (tutti)
15.10	100hs A/e		
15.20	100hs C/i		
15.25	100hs F		
15.35	110hs A/i		
15.45	110hs J/m + M		
15.55	200 F		
16.15	200 M	Lungo F	Disco R/i e R/e
17.00	Marcia KM 2 R/e e R/i		
17.15	60hs R/e		Peso M/F
17.25	60hs R/i	Alto M	
17.40	1500 F	Triplo M	
17.50	1500 M		
18.05	1200st C/i e C/e		
18.15	2000st A/e		
18.30	2000 st A/i		
18.45	3000st F		
19.00	3000st M		
19.15	4x400 F		
19.20	4x400 M		

Iscrizioni on line, gratuite per le società della regione Campania, entro le ore 20 del giovedì precedente la manifestazione.  
 Il programma orario potrà subire variazioni in relazione al numero degli atleti iscritti.

Costo iscrizioni atleta gara:

CATEGORIA	FUORI REGIONE	REGIONALE RITARDO	IN	FUORI REGIONE RITARDO	IN
ESORDIENTI 4-6-8	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@gmail.com](mailto:fidalcampania@gmail.com)