

**Riunione Regionale  
Esordienti – Ragazzi – Cadetti  
NAPOLI (Virgiliano) 23 marzo 2025**

Programma tecnico

Esordienti 10 M/F: 50 - 600  
 Ragazzi: 60 - 1000 – Lungo – Peso – 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	Peso 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

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@libero.it](mailto:fidalcampania@libero.it)

**CdS di Corsa Assoluti**  
**Camp. Reg. Individuali Junior – Promesse - Senior**  
**Gare di contorno**  
**Avellino 29 marzo 2025**

**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

ore 15.15                      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 2023 e 2024, 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@libero.it](mailto:fidalcampania@libero.it)

**CdS e CRI di Corsa Allievi**  
**Riunione regionale Ragazzi - Cadetti**  
**Avellino 30 marzo 2025**

**Programma Tecnico**

Allieve: 20 minuti

Allievi: 30 minuti

Ragazzi: 60hs – alto – vortex – marcia km 2

Ragazze: 60hs - lungo – peso – marcia km 2

Cadetti: 15 minuti\* - 100hs – 300 - peso

Cadette: 10 minuti\* - 80hs – 300 -peso

\*Gara sperimentale

**Programma Orario**

**08.30 Ritrovo**

09.30 20' Allieve

10.00 30' Allievi

10.45 10' Cadette

11.00 15' Cadetti

11.20 60hs R/e      Lungo R/e      Vortex R/i      Peso R/e + C/e

11.30 60hs R/i

11.45 80hs C/e

12.00 100hs C/i

12.15 Marcia Km 2 R/e e R/i      Alto R/i      Peso C/i

12.30 300 C/e

12.45 300 C/i

**Regolamento CdS Corsa Regionale Allievi/e:**

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.

**Distanza gara 60 hs – (partenza a 4 appoggi con o senza blocchi)**

Ragazzi/e      6      0.60      12      7.50 (partenza a 4 appoggi con o senza blocchi)

Progressione salto in alto ragazzi:

1.00-1.10-1.15-1.20-1.25-1.28-1.31-1.34-1.37-1.40-1.43-1.46 poi di 2 cm in 2 cm

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

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@libero.it](mailto:fidalcampania@libero.it)

**Riunione regionale**  
**Cadetti - Allievi – Junior - Senior**  
**NOCERA INFERIORE (SA) 5 APRILE 2025**

**Programma tecnico**

Assoluti M/F: 100 - 400 - 110hs/100hs - 1500 – 4x400 - triplo (F) – lungo (M) – asta - martello - disco – peso  
 Cadetti/e: 2000 - lungo (M) – asta – disco - martello

**Programma orario:**

<b>14.30</b>	<b>Ritrovo</b>		
15.30	100hs A/e	Lungo C/i Asta M/F (tutti)	Martello M/F (tutti)
15.40	100hs F		
15.55	110hs A/i		
16.05	110hs J/m		
16.15	110hs M		
16.20	100 F		Disco F + C/e
16.45	100 M	Lungo M	
17.40	400 F		Disco M + C/i Peso M/F
17.50	400 M		
18.15		Triplo F	
18.25	2000 C/i e C/e		
18.35	1500 F		
18.45	1500 M		
19.00	4x400 F		
19.05	4x400 M		

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

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

<b>CATEGORIA</b>	<b>FUORI REGIONE</b>	<b>REGIONALE SUL CAMPO</b>	<b>FUORI REGIONE SUL CAMPO</b>
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

**Riunione regionale  
Cadetti - Allievi – Junior - Senior  
AVELLINO 12 APRILE 2025**

**Programma tecnico**

Assoluti M/F: 200 - 800 - 400hs - 3000 – 3000st - 4x100 — Lungo (F) - Giav  
Cadetti/e: 80 - 300hs - 1200st - Lungo (F) Triplo (M) – Alto - Giav

**Programma orario:**

<b>14.30</b>	<b>Ritrovo</b>		
15.30	300hs C/e	Lungo F Alto C/e	Giav F+ C/e
15.35	300hs C/i		
15.45	400hs F		
15.55	400hs A/i		
16.00	400hs M		
16.10	80 C/e		
16.25	80 C/i		
16.40	200 F		Giav M + C/i
17.00	200 M	Lungo C/e Alto C/i	
17.30	800 F		
17.40	800 M		
18.00	1200st C/e e C/i	Triplo C/i	
18.10	3000st F		
18.25	3000st M		
18.40	3000 M/F		
19.00	4x100 F		
19.10	4x100 M		

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

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@libero.it](mailto:fidalcampania@libero.it)