





High Speed League – Finale 2025

 Arena Civica – Milano

 Domenica 28 settembre 2025

 Ore 16:00 – 19:00

1 Radar Speed Challenge – Velocità pura

Sprint sul rettilineo con rilevamento velocità tramite radar.

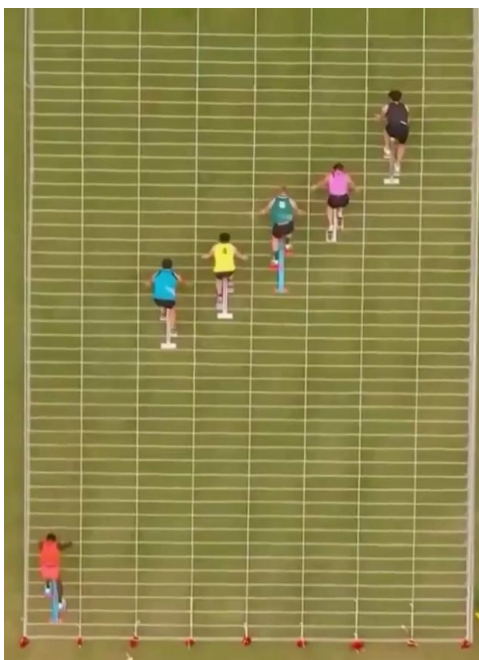
- Thunder Zone: velocità rilevata in un tratto di 20 metri.
- La rincorsa per entrare alla massima velocità nella Thunder Zone è a discrezione dell'atleta.
- Round 1: tutti gli iscritti (U/D) → 3 tentativi, vale il migliore. I migliori 12 uomini e 12 donne accedono alle semifinali.
- Semifinali: 12 uomini e 12 donne, passano i migliori 3 per categoria.
- Finale: 3 uomini e 3 donne, 3 prove a testa, si scarta il peggiore, somma dei 2 migliori.



2 Gara ad Handicap – 100m con partenze sfalsate

Sprint con partenze differenziate in base al PB stagionale.

- Handicap: 1 metro ogni 0,10 secondi di differenza. Arrotondamento per eccesso (es. 0,15s = 0,2s = 2 metri).
- Qualificazioni: 2 semifinali uomini e 2 donne (8 atleti). Passano i primi 2.
- Finale: 8 atleti (U/D insieme), un unico podio assoluto.



3 The Ultimate Run – 400m con pacer e sirena

Gara spettacolare con pacer e colpo di scena casuale.

- Tutti partono dietro ai pacer, che correranno a ritmo blando.
- In un punto casuale della gara suona una sirena, da lì parte la volata.
- Gara massima di 1 giro.
- Qualificazioni: 2 semifinali uomini e 2 donne (12 atleti). Passano i primi 3.
- Finale: maschile e femminile separati (o mista se necessario).
- Premi: a tutti i partecipanti maglietta Nike gratuita. Ai primi 3 (u/d) premi Nike, con scarpe al vincitore assoluto.

4 Standing Jump Contest – Lungo e Alto da fermo

Prove di esplosività pura, uomini e donne gareggiano insieme (classifiche separate).

- Lungo da fermo: salto in estensione da fermo.
- Alto da fermo: gara mista con regole dell'alto tradizionale.
- Prove: 4 tentativi per tutti, 6 per i finalisti (6 uomini + 6 donne).
- Combinata: somma punteggi alto+lungo per classifica unica (U/D).

5 Team Speed Challenge – Classifica a squadre

Gli atleti possono iscriversi come squadra (nome libero, massimo 8 atleti).

- Ogni piazzamento assegna punti validi per la squadra.
- Per ogni specialità, conta il miglior piazzamento ottenuto dagli atleti della squadra.
- Vince la squadra con il punteggio totale più alto.



Premiazioni Finali

- Vincitori High Speed League 2025 (U/D)
- Podio Gara ad Handicap (assoluto)
- Podio Radar Challenge (U/D)
- Podio The Ultimate Run (U/D o mista)
- Vincitori Lungo da fermo (U/D)
- Vincitori Alto da fermo (U/D)
- Combinata Salti (U/D)
- Classifica a squadre

Costi di iscrizione

- 5 € per 1 evento
- 8 € per 2 eventi
- 10 € per 3 eventi
- **The Ultimate Run (gara Nike): gratuita**

Modalità di iscrizione

Unicamente a mezzo e-mail all'indirizzo gasportsmedia@gmail.com con indicato:

Nome e cognome dell'atleta

Società di appartenenza

Data di nascita

In quale gara/e iscriverlo/a

Effettuare il pagamento con uno dei seguenti metodi:

Tramite bonifico bancario intestato a

ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA QA SPORTS

BANCA SISTEMA MILANO

IBAN IT20G0315801600CC1022002957

2. Pagamento con CARTA DI CREDITO sul conto Paypal paypal.me/meetingQA

Portare OBBLIGATORIAMENTE la ricevuta di pagamento il giorno della gara per confermare la propria iscrizione, pena l'esclusione dalla gara.

Le conferme si effettueranno direttamente sul campo entro le ore 15.30