

**3^A Prova CDS Provinciale Outdoor SALERNO
per le categ. Eso/10 e Ragazzi/e
valida come CPI solo per le categ. Ragazzi/e
con gare di contorno per le categorie Cadetti/e ed Eso 4/6/8
SALERNO (Stadio Vestuti) – 7 GIUGNO 2026**

Programma tecnico

Esordienti 10 M/F: 50 – 50hs – 600 – Marcia 1km – Lungo (F) – Alto (M)
 Esordienti 4/6/8 M+F: 60
 Ragazzi/e: 60 – 60hs – 1000 – Marcia 2km – Lungo – Alto – Peso – Vortex – 4x100
 Cadetti/e: 80 (OPEN) – 600 (OPEN)

Programma orario:

09:00	Ritrovo Giuria e Concorrenti			
09.30	Marcia 1km Es10 M/F Marcia 2km Ragazzi/e	Lungo Eso10 F	Vortex Ragazze	Alto Eso10 M
09:45	60 Eso 4 F/M			
09:50	60 Eso 6 F/M			
10:00	60 Eso 8 F/M			
10.15	600m Eso10 F			
10.20	600m Eso10 M	Lungo Ragazze	Vortex Ragazzi	
10.30	1000 Ragazze + Ragazzi			
10:40	600 Cadette + Cadetti			
10.45	50hs Eso10 F			Alto Ragazze
10.50	50hs Eso10 M			
10.55	60hs Ragazze			
11.00	60hs Ragazzi			
11.05	50 Eso10 F		Peso Ragazze	
11.15	50 Eso10 M	Lungo Ragazzi		
11.30	60 Ragazze			Alto Ragazzi
11.40	60 Ragazzi			
11:50	80 Cadette		Peso Ragazzi	
12:00	80 Cadetti			
12.05	4x100 Ragazze			
12.10	4x100 Ragazzi			

Iscrizioni on line, gratuite, entro le ore 20:00 di Giovedì 4 Giugno.

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

Conferma iscrizioni in loco 60' prima di ogni gara.

Norme di partecipazione e classifica:

Alla manifestazione possono partecipare tutti i tesserati Fidal per le società della Provincia di Salerno (le gare degli 80 e dei 600 Cadetti/e, invece, sono aperte anche agli atleti di altre province).

Gli atleti delle categorie Esordienti 10 M/F possono disputare al massimo due gare (chi gareggia nel Mezzofondo, però, non può gareggiare anche nella Marcia e viceversa).

Gli atleti delle categorie Ragazzi/e possono disputare al massimo due gare (due gare individuali oppure una gara individuale + la staffetta; chi gareggia nel Mezzofondo non può gareggiare anche nella Marcia e viceversa; chi gareggia nella Marcia non può partecipare ad una seconda gara di Corsa ma solo ad un Concorso).

Nelle gare dei 50m e 50hs Esordienti10 M/F gli atleti partiranno in piedi.

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

Nel Lungo, Vortex e Peso, gli atleti effettueranno 3 prove ciascuno.

Per le gare Esordienti 4/6/8 non verranno rilevati i tempi.

Progressione Alto Esordienti 10 M: 0.90-0.95-1.00-1.05-1.10-1.15-1.18 e a seguire di 2cm in 2cm.

Progressione Alto Ragazze/e: 1.00-1.10-1.15-1.20-1.25-1.28-1.31-1.34-1.37-1.40-1.43-1.46 e a seguire di 2cm in 2cm.

REGOLAMENTO CDS OUTDOOR PROVINCIALE ESO10 M/F E RAGAZZI/E:

Il Campionato di Società 2026 è articolato in 3 tappe con diversi programmi tecnici:

1^ tappa il 22/03 ad Agropoli; 2^ tappa il 26/04 a Salerno; 3^ tappa lo 07/06 a Salerno.

Al termine delle 3 tappe, saranno stilate una classifica unica maschile e una classifica unica femminile tenendo conto dei punteggi tabellari Fidal.

Per poter entrare in classifica ogni società dovrà schierare almeno 2 esordienti e 3 ragazzi che dovranno coprire 8 gare diverse.

Saranno classificate prioritariamente le società che copriranno almeno 8 gare diverse, seguiranno le società con 7/6/5 punteggi ottenuti. Sarà stilata anche una classifica combinata M+F.

Premiazioni:

Saranno premiati i primi 6 atleti di ogni gara e solo le prime 3 staffette in ogni tappa. Tutti gli Esordienti 4/6/8 riceveranno la medaglietta. Alla fine delle tre tappe, una volta stilata la classifica unica finale per genere, in una data successiva da definire, saranno premiate con coppe le prime 3 società maschili e le prime 3 società femminili. Sarà inoltre premiata con coppa la società vincitrice della combinata M+F (ottenuta sommando i punteggi delle due classifiche maschile e femminile).