



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale LIGURIA

AREA TECNICA

Genova, 9 febbraio 2026.

Ai Presidenti delle società interessate
e p.c. Agli atleti convocati

Si invia in allegato la formazione della Rappresentativa ligure **U16 maschile e femminile**, stilata dalla Commissione tecnica regionale in vista dell'impegno alla **FESTA del CROSS: CAMPIONATI ITALIANI INDIVIDUALI e per REGIONI CADETTI/E di Corsa Campestre** per il giorno **22 febbraio 2026**, in programma a **MARINELLA DI SELINU** frazione di **CASTELVETRANO (TP)**.

Chiediamo ai Presidenti delle società in indirizzo di comunicare ai propri atleti la convocazione e i dettagli del viaggio di seguito descritti.

Ogni atleta è pregato di portare con sé un valido documento di riconoscimento ed eventuale materiale di rappresentanza già in suo possesso; chi ne è sprovvisto può comunicare la propria taglia all'atto della conferma. Si prega, inoltre, di segnalare eventuali allergie/intolleranze alimentari.

CONFERMA PARTECIPAZIONE ONLINE: <https://forms.gle/hz5YTzbYukZQ66Xb8>

Si prega altresì di comunicare, al Fiduciario Tecnico Regionale, Sig. Emidio Orfanelli (tel. 347-1244964), la partecipazione o meno degli atleti convocati, **entro il 12 febbraio p.v.**, al fine di poter effettuare eventuali variazioni.

DISPOSITIVO DI VIAGGIO

RITROVO: 21 febbraio 2026 ore 9:00	AEROPORTO CRISTOFORO COLOMBO GENOVA, Via Pionieri e Aviatori d'Italia I
ANDATA: 21 febbraio 2026	GENOVA – ROMA 11:25 – 12:30 ROMA – PALERMO 13:20 – 14:30
RITORNO: 22 febbraio 2026	PALERMO – ROMA 19.10 – 20.25 ROMA – GENOVA 21.45 - 22.50

I viaggi dall'aeroporto di Palermo alla località della manifestazione/hotel e viceversa sono gestiti direttamente dalla Federazione.

Per venerdì 21 febbraio 2026 si consiglia agli atleti di munirsi di pranzo al sacco.

Accompagnatori ufficiali: Carlo Rosiello (Presidente Regionale), Emidio Orfanelli (responsabile trasferta - 347-1244964), Benedetta Dal Bianco (tecnico).

Contributo di partecipazione:

Per ogni atleta partecipante alla rappresentativa regionale è richiesto un contributo pari a 50,00 euro, da versare mediante bonifico bancario sul conto corrente del CR Ligure.

IBAN: IT59F0310401400000000822416

Intestato a: FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA – COMITATO LIGURE
DEUTSCHE BANK SPA SEDE DI GENOVA



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale LIGURIA

AREA TECNICA

BAGAGLIO CONSENTITO:

Bagaglio a mano incluso: E' possibile portare in cabina un solo bagaglio a mano del peso massimo di 8 kg che, comprese maniglie, tasche laterali e rotelle, non superi le seguenti dimensioni: 55 cm di altezza, 40 cm di larghezza e 23 cm di spessore.

In aggiunta ITA Airways ti consente di portare un accessorio da riporre sotto il sedile e di dimensioni massime 30x40x15cm a scelta tra i seguenti: Zainetto o Borsetta o Pc portatile.

RADUNO PRE-RAPPRESENTATIVA:

La commissione tecnica regionale, in vista dei Campionati Italiani Cadetti/e di Cross promuove un raduno tecnico riservato al settore mezzofondo, con relativa "Valutazione Funzionale".

Il raduno tecnico si svolgerà a Genova sabato **14 febbraio 2026** presso l'impianto sportivo di Villa Gentile con coordinamento tecnico a cura dei componenti la commissione tecnica regionale.

Ritrovo ore 09:30; inizio lavori ore 09.45; fine lavori ore 13.00.

Di seguito è riportato l'elenco dei test previsti:

- Test di salti verticali attraverso l'OptoJump;

Il test di salti verticali attraverso l'optoJump prevede due prove per ciascuno dei test di seguito riportati, tranne che per i rimbalzi verticali consecutivi, per il quale è prevista una sola prova: salto verticale senza contro movimento e mani ai fianchi – SJ; Salto verticale con contro movimento e mani ai fianchi – CMO; Salto verticale senza contro movimento ed utilizzo delle braccia – CMO braccia libere; Rimbalzi verticali consecutivi – W – braccia libere.

I dati raccolti saranno messi a disposizione dei relativi tecnici.

La partecipazione al raduno consente l'acquisizione di 0.25 crediti formativi per i tecnici FIDAL.

La partecipazione deve essere confermata tramite form online (lo stesso per la conferma della rappresentativa).

Nel complimentarci per la convocazione dei Vostri atleti Vi porgiamo cordiali saluti.

Il Fiduciario Tecnico Regionale

Sig. Emidio Orfanelli

Il Presidente del Comitato

Sig. Carlo Rosiello



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale LIGURIA

AREA TECNICA

ATLETI/E CONVOCATI/E (Rappresentativa e Raduno)

CADETTE

ODDONE	ELISA	II	S.S. TRIONFO LIGURE	
REBAUDI	FRANCESCA	II	ASD CUS GENOVA	
TIZZONI	GIORGIA	I2	ASD ATLETICA GENOVA VALBISAGNO	
IERARDI	AURORA	II	S.S. TRIONFO LIGURE	
SEFERI	ANISA	II	ASD ATLETICA GENOVA VALBISAGNO	
SANTINELLI	DIANA	II	ASD ATLETICA GENOVA VALBISAGNO	IND
LA TORRE	IRENE	II	ATLETICA VARAZZE	IND
DE LUCA	MANILA	II	ASD MAURINA OLIO CARLI	IND

CADETTI

POGGI	ROBERTO	II	CENTRO ATLETICA CELLE LIGURE	
BALDINI	DAVIDE	II	S.S. TRIONFO LIGURE	
ARESI	GABRIELE	II	S.S. TRIONFO LIGURE	
RAGGIO	BERNARDO	I2	ATLETICA LEVANTE	
COCHI	LORENZO	II	ASD ATLETICA SPEZIA DUFERCO	
LAGANA'	DENIS	II	CFFSD COGOLETO ATLETICA	IND
DELLEPIANE	GIACOMO	II	ASD ATLETICA GENOVA VALBISAGNO	IND
CUSATO	STEFANO	I2	ASD ATLETICA GENOVA VALBISAGNO	IND