



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale **EMILIA ROMAGNA**

Bologna, 8 ottobre 2024
Prot. 914/2024

ATTIVITA' TECNICA INVERNALE 2024

Il Comitato Regionale FIDAL Emilia-Romagna propone un'attività tecnica continuativa di raduni che si svolgeranno nella stagione invernale 2024.

QUANDO/DOVE

Per ogni gruppo di specialità verranno effettuati 1-2 incontri nei mesi di novembre/dicembre.

ATLETI

La partecipazione è riservata ad atleti delle annate **2005-2006-2007-2008-2009**, secondo le modalità riportate successivamente. Lo staff tecnico regionale si riserva il diritto di valutare l'inserimento di atleti di altre annate che ne avranno fatto richiesta. Tutti i partecipanti dovranno essere regolarmente tesserati per una società della FIDAL Emilia-Romagna per la stagione 2024 ed avere l'idoneità agonistica in corso di validità nelle giornate dei raduni.

MODALITA' DI ADESIONE

Gli atleti interessati dovranno fare richiesta, entro e non oltre il **17 ottobre 2024**, compilando il form che si trova al seguente link: <https://forms.gle/JZfZ1f2a2oaxD5HW6>.

Successivamente a tale data verrà comunicato l'elenco degli atleti la cui richiesta sarà stata accolta, nei limiti dei numeri massimi richiesti dai gruppi di lavoro delle diverse specialità. Per alcune specialità sono fissati dei minimi di partecipazione (riportati a fondo pagina); qualora i numeri lo consentano sarà valutato l'inserimento anche di atleti senza minimo che ne avranno fatto richiesta. Nel salto in alto le 2 giornate sono rivolte a 2 gruppi distinti, come riportato nella tabella successiva.

Si precisa che **la richiesta è vincolante per la partecipazione a tutti gli incontri previsti** per lo stesso gruppo di specialità; pertanto, ove programmati 2 allenamenti, non è consentita la partecipazione ad uno solo (salvo impedimenti imprevisti).

TECNICI

Le sedute di allenamento si svolgeranno sotto la guida della Struttura Tecnica Regionale e relativi collaboratori. È fortemente consigliata la partecipazione sia dei tecnici personali degli atleti coinvolti che di tutti gli altri tecnici che volessero assistere agli allenamenti. Sarà possibile ottenere 0.25 crediti partecipando ad almeno 2 incontri completi.

DETTAGLI ORGANIZZATIVI

Tutti gli atleti/e partecipanti dovranno essere muniti dell'attrezzatura personale necessaria (asta, peso, disco, martello, giavellotto). I partecipanti dovranno organizzarsi autonomamente per il pranzo.

 Federazione Italiana di Atletica Leggera

 Comitato Regionale Emilia Romagna www.emiliaromagna.fidal.it - cr.emiliar@fidal.it

 Via Trattati Comunitari Europei 7 - 40127 Bologna - tel. 051 441911 / 051 442588 - P.IVA 01384571004 - C.F. 05289680588



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale EMILIA ROMAGNA

SCHEMA DEI RADUNI

Velocità	10 novembre - Modena	1 dicembre - Modena
Ostacoli	10 novembre - Modena	15 dicembre - Castelfranco Emilia
Mezzofondo	24 novembre - Modena	15 dicembre - Castelfranco Emilia
Marcia	10 novembre - Modena	15 dicembre - Forlì
Lungo-Triplo	3 novembre - Modena	15 dicembre - Castelfranco Emilia
Alto	10 novembre - Modena (solo A/J/P)	24 novembre - Modena (solo cadetti)
Asta	3 novembre - Modena	1 dicembre - Modena
Peso		15 dicembre - Forlì
Giavellotto		15 dicembre - Forlì
Disco		15 dicembre - Forlì
Martello		15 dicembre - Forlì
Prove Multiple	10 novembre - Forlì	15 dicembre - Forlì

MINIMI DI PARTECIPAZIONE

	2009 F	2009 M	2007-2008 F	2007-2008 M	2005-2006 F	2005-2006 M
80m/100m	10"24/10"0	9"34/9"1	12"40	11"10	12"30	11"00
200m			25"50	22"60	25"30	22"30
300m/400m	42"04/41"9	37"24/37"1	59"00	51"00	58"00	50"00
80hs/100hs/110hs	12"24/12"0	14"34/14"1	15"10	15"10	15"10	15"20
300hs/400hs	47"04/46"9	41"84/41"7	1'06"00	57"50	1'05"00	56"50
Lungo	5.30	6.30	5.50	6.50	5.60	6.70
Triplo	11.00	12.60	11.20	13.15	11.40	13.60

Ulteriori informazioni: fr.emiliaromagna@fidal.it

Il Fiduciario Tecnico Regionale
Federico Menozzi

 Federazione Italiana di Atletica Leggera
Comitato Regionale Emilia Romagna www.emiliaromagna.fidal.it - cr.emiliar@fidal.it

Via Trattati Comunitari Europei 7 - 40127 Bologna - tel. 051 441911 / 051 442588 - P.IVA 01384571004 - C.F. 05289680588