

## Federazione Italiana Atletica Leggera

### ASD ATLETICA 2000

Organizza

### CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE MASTER SU PISTA

Prove valide per la 2<sup>a</sup> fase CDS Master 2022

**domenica 03 luglio 2022**

CODROIPO - UD – Polisportivo Comunale

#### REGOLAMENTO DI MANIFESTAZIONE E NORME TECNICHE RTI

1. Tutte le ISCRIZIONI degli Atleti Tesserati FIDAL, vanno effettuate ONLINE collegandosi al sito <http://tessonline.fidal.it/login.php> Servizi Online entro le ore 21:00 di giovedì 30 giugno 2022.
2. Le conferme e cancellazioni devono essere effettuate per tutte le gare, direttamente online entro le ore 18:00 di sabato 2 luglio 2022.
3. Non sono previste iscrizioni o conferme sul campo.
4. L'Atleta che ha confermato la partecipazione ad una gara, ma poi non vi prende parte, sarà escluso dalla partecipazione a eventuali gare successive a cui è iscritto e confermato.
5. Tutte le gare di corsa si svolgono in serie.
6. In tutti i concorsi verranno ammessi alla finale gli Atleti con le migliori 8 prestazioni per ogni categoria.
7. In tutti i concorsi ad ogni atleta saranno concessi almeno due lanci o salti di prova prima della gara, nello stesso ordine di gara.
8. Ogni atleta potrà disputare un massimo di 2 gare individuali.
9. Per quanto non previsto si rimanda al Regolamento FIDAL 2022.
10. I risultati saranno disponibili online, non verranno affisse stampe.
11. Il Delegato Tecnico pubblicherà l'orario definitivo delle gare nella giornata di venerdì 01 luglio in base al numero degli atleti iscritti.

#### Premiazioni:

- Campionato Regionale : Magòli di Campione Regionale di categoria al vincitore e medaglia ai primi 3 Atleti classificati per Categoria in ogni gara.
- Direzione Tecnica e Consegna attrezzi da Lancio.
- La consegna degli attrezzi personali per il controllo, avverrà in un'apposito locale nei pressi della pedana, nel tempo limite previsto di 60 minuti prima dell'inizio della gara relativa.

PROGRAMMA TECNICO UOMINI	PROGRAMMA TECNICO DONNE
Assoluti : 100 - 200hs- 1500 - 4x400 – Alto - Triplo - Giavellotto	Assoluti : 100 - 200hs - 800 - 3000 - 4x400 – Triplo - Giavellotto

PROGRESSIONI ALTO :come da tabella Master

**ORARIO GARE**  
**RITROVO ORE 8:30**

M	F	CAT	CR	ORA
3000		MS	9:15	09:30
GIAVELLOTTO	GIAVELLOTTO		9:00	09:30
800			9:50	10:00
	1500		10:05	10:15
TRIPLO	TRIPLO		9:10	9:40
ALTO	ALTO		9:50	10:20
	100		10:20	10:30
100			10:25	10:35
200 hs	200 hs		10:35	10:50
4x400			11:00	11:15
	4x400			-