



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA COMITATO PROVINCIALE DI TRIESTE

Il Comitato Provinciale FIDAL, in collaborazione con il GGG e la Pol. Triveneto, organizza il



TROFEO CINQUE CERCHI 2023



che avrà luogo presso Campo Cologna nella giornata di Domenica 1° Ottobre 2023

La manifestazione è riservata esclusivamente agli atleti regolarmente tesserati nel 2023 per Società del Friuli Venezia Giulia e della Slovenia. Esordienti solo provincia di TRIESTE.

PROGRAMMA TECNICO:

ESORDIENTI	ESO 10 M/F 150-LUNGO ESO 8 M/F 150-VORTEX ESO 5 M/F 50-LUNGO
RAGAZZI/E	150 – 200HS – 600 – ALTO – PESO
CADETTI/E	80 – LUNGO – 1000

Iscrizioni: Esclusivamente online, non sono ammesse iscrizioni il giorno della gara né variazioni di gara o sostituzioni. Sono ammesse conferme in ritardo in caso di dimenticanza entro 1h prima della specifica gara previo pagamento di un'ammenda di 5€ ad atleta direttamente sul posto ad un delegato del CR. Le ammende dovranno essere successivamente bonificate sul conto del CR.

Chiusura: Iscrizioni ore 21:00 di giovedì 28/09/2023
Conferme ore 18:00 di sabato 30/09/2023
Cancellazioni in campo fino ad 1 ora prima della specifica gara

Le iscrizioni di atleti stranieri dovranno essere inviate alla mail informatica.fvg@fidal.it entro le ore 21:00 di giovedì 28/09/2023

Premiazioni:

Tutti gli Esordienti verranno premiati
Ragazzi/e primi 6 classificati / Cadetti/e primi 3 classificati di ogni gara

Quota iscrizione: € 2,00 ad atleta confermato da versare a mezzo bonifico al Comitato Provinciale Fidal Trieste – **IBAN IT39E0623002202000015368725**. Per gli atleti stranieri il pagamento può essere effettuato in contanti il giorno della gara.

REGOLAMENTO:

- Tutti gli atleti potranno partecipare a due gare.
- 200HS: 5hs 20m./4x35m./40m.
- Nei concorsi i Ragazzi/e avranno a disposizione 3 prove. Lungo Cadetti/e 4 salti.
- Le gare di corsa di svolgeranno in serie con i migliori tempi nella prima serie

PROGRESSIONI:

ALTO RAGAZZI												
1.00	1.10	1.15	1.20	1.25	1.28	1.31	1.34	1.37	1.40	1.42	+2	
ALTO RAGAZZE												
1.00	1.10	1.15	1.19	1.22	1.25	1.28	1.31	1.34	1.36	1.38	+2	

ORARIO DEFINITIVO

DOMENICA 1° OTTOBRE – Apertura segreteria 8:15						
<i>Call Room IN</i>	<i>Call Room OUT</i>	<i>Inizio</i>	<i>Cat.</i>	<i>M</i>	<i>F</i>	<i>Serie</i>
08:50	09:00	09:30	ESO10	Lungo PedA		
08:50	09:00	09:30	ESO10		Lungo PedB	
08:50	09:00	09:30	ESO8	Vortex	Vortex	
09:15	09:25	10:00	R	ALTO		
09:20	09:30	10:00	R		Peso	
09:40	09:50	10:00	ESO5	50		3
09:50	10:00	10:10	ESO5		50	1
10:00	10:10	10:20	R	200hs		3
10:10	10:20	10:30	R		200hs	2
10:05	10:15	10:45	ESO5	Lungo PedA		
10:05	10:15	10:45	ESO5		Lungo PedB	
10:25	10:35	10:45	ESO10	150		3
10:35	10:45	10:55	ESO10		150	4

	10:30	11:00	R	Peso		
10:50	11:00	11:10	ESO8	150		4
11:05	11:15	11:25	ESO8		150	4
10:55	11:05	11:40	R		ALTO	
11:20	11:30	11:40	R	150		4
11:05	11:15	11:45	C		Lungo PedB	
11:35	11:45	11:55	R		150	5
11:20	11:30	12:00	C	Lungo PedA		
11:55	12:05	12:15	C	80		2
12:05	12:15	12:25	C		80	3
12:20	12:30	12:40	C	1000		1
12:30	12:40	12:50	C		1000	1
12:40	12:50	13:00	R	600		1
12:50	13:00	13:10	R		600	2

per info contattare il FTP Stefano Lubiana (349-1633524 lubianastefano@gmail.com)