



FEDERAZIONE ITALIANA  
DI ATLETICA LEGGERA

**Comitato Regionale LAZIO**

**DISPOSITIVO TECNICO – ORGANIZZATIVO**

## **CAMPIONATO ITALIANO DI SOCIETA' SU PISTA ALLIEVI/E**

**1^ PROVA REGIONALE**

*Roma, Stadio della Farnesina Sabato 4 Maggio - Rieti, Stadio Raul Guidobaldi, Domenica 5 Maggio*

**ORGANIZZAZIONE:** COMITATO REGIONALE FIDAL LAZIO – Via Flaminia Nuova, 830 - 00191 – Roma  
Tel: 06.33221775 – Email: [tecnico.lazio@fidal.it](mailto:tecnico.lazio@fidal.it)

COMITATO PROVINCIALE FIDAL RIETI – Via dello Sport, 1 – 02100 – Rieti Tel. e Fax  
0746.270085/271773 e-mail: milardi@hotmail.it

**IMPIANTO LUOGO GARA:** Sabato 4 Maggio – Stadio della Farnesina - Roma  
Domenica 5 Maggio – Stadio “Raul Guidobaldi” - Rieti

**GARA ONLINE:** CDS SU PISTA ALLIEVI/E – 1^ Prova Regionale. Riferimento per le iscrizioni online  
**ID604976** – primo campo a sinistra che ordina l'elenco delle gare disponibili.

**ISCRIZIONI:** Le iscrizioni potranno essere effettuate esclusivamente Online attraverso il sito federale nella sezione Servizi Online. Per eventuali problemi e informazioni procedurali contattare il referente iscrizioni telefonicamente.  
**Le iscrizioni termineranno Mercoledì 1 Maggio alle ore 24:00.**

**PUBBLICAZIONE** l'elenco degli iscritti sarà pubblicato Giovedì 2 Maggio sul sito Regionale, dopo le ore  
**ISCRIZIONI:** 15:00. Raccomandiamo a tutti di verificare l'esattezza delle operazioni di iscrizione svolte online.

**CONFERMA ISCRIZIONI:** entro 60' prima dell'inizio della gara da effettuare con il tesserino FIDAL.

**PROGRAMMA TECNICO:** **ALLIEVI** **1^giornata** = 100mt, 400mt, 1500mt, 2000st, 110Hs, 4x100mt  
Asta, Triplo, Disco, Giavellotto, Marcia 5km  
**2^giornata** = 200mt, 800mt, 3000mt, 400Hs, 4x400mt  
Alto, Lungo, Peso, Martello

**ALLIEVE** **1^giornata** = 100mt, 400mt, 1500mt, 2000st, 110Hs, 4x100mt  
Alto, Triplo, Peso, Martello, Marcia 5km  
**2^giornata** = 200mt, 800mt, 3000mt, 400Hs, 4x400mt  
Asta, Lungo, Disco, Giavellotto

**REFERENTI:** **Ref. Organizzativo:** Sabato 4 maggio Alessandra Palombo cell. 349.8701928 –  
Domenica 5 maggio Alberto Milardi cell. 335.5784254  
**Ref. Tecnico:** Sabato 4 maggio Emilio De Bonis cell. 333.3901682 – Domenica 5  
maggio Maria Vittoria Milardi cell. 340.2544918

**Regolamento Campionati di Società Allievi/e:** vedere *Regolamenti Attività Estiva* sul sito [www.fidallazio.org](http://www.fidallazio.org) alla pagina: 38

### **PROGRAMMA ORARIO – 1<sup>a</sup> giornata**

*Progressioni Salto in Alto Allieve:*

**NORME TECNICHE:** 1.30-1.40-1.45-1.50-1.53-1.55-1.57 quindi di 2cm in 2cm

*Progressioni Salto con l'Asta Allievi:*

2.20-2.40-2.60-2.80 poi di 10cm in 10cm fino a 3.90, quindi di 5cm in 5cm

<b>ORE 14:15 – RITROVO</b>		
<b>ORA</b>	<b>ALLIEVI</b>	<b>ALLIEVE</b>
<b>15:15</b>		Martello - Kg.3
<b>16:00</b>	<b>110 Hs (h 0,91)</b>	
<b>16:10</b>	Salto con l'Asta	
<b>16:20</b>	Disco – Kg. 1, 5 <b><u>Disco J/P/S U gara extra</u></b>	<b>100 Hs (h 0,76)</b>
<b>16:40</b>	<b>100 mt</b>	Salto in Alto
<b>17:05</b>	Salto Triplo	<b>100 mt</b>
<b>17:20</b>	<b>400 mt</b>	Peso (kg, 3)
<b>17:40</b>	Giavellotto (gr. 700)	<b>400 mt</b>
<b>18:00</b>	<b>2000 st</b>	Salto Triplo
<b>18:10</b>		<b>2000 st</b>
<b>18:20</b>	<b>1500 mt</b>	
<b>18:35</b>		<b>1500 mt</b>
<b>18:45</b>	<b>4x100 mt</b>	
<b>19:05</b>		<b>4x100 mt</b>
<b>19:25</b>	<b>Marcia – 5 Km</b>	<b>Marcia – 5 Km</b>

**PROGRAMMA ORARIO – 2<sup>a</sup> giornata**

**NORME TECNICHE:** Progressioni Salto in Alto Allievi:

**1.40-1.50-1.60-1.65-1.70-1.73-1.76-1.79-1.81 quindi di 2cm in 2cm**

Progressioni Salto con l'Asta Allieve:

**1.80-1.9-2.00-2.10-2.20 quindi di 5cm in 5cm**

<b>ORE 14:15 – RITROVO</b>		
<b>ORA</b>	<b>ALLIEVI</b>	<b>ALLIEVE</b>
<b>15:15</b>	Martello (Kg. 5)	
<b>16:15</b>		Asta
<b>16:15</b>	<b>400 Hs (h 0,84)</b>	
<b>16:20</b>	Peso	Disco (kg. 1) <b><u>Disco J/P/S D gara extra</u></b>
<b>16:25</b>		<b>400 Hs (h 0,76)</b>
<b>16:30</b>	Alto	
<b>16:30</b>		Lungo
<b>16:50</b>	<b>200 mt</b>	
<b>17:15</b>		<b>200 mt</b>
<b>17:40</b>	<b>800 mt</b>	Giavellotto
<b>17:45</b>	Lungo	
<b>17:55</b>		<b>800 mt</b>
<b>18:20</b>	<b>3000 mt</b>	
<b>18:35</b>		<b>3000 mt</b>
<b>18:50</b>	<b>4x400 mt</b>	
<b>19:05</b>		<b>4x400 mt</b>