



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale LAZIO

DISPOSITIVO TECNICO – ORGANIZZATIVO

CDS MASTER CROSS – 1a prova

+ CDS Provinciale Frosinone

CECCANO, 9 Febbraio 2014

ORGANIZZAZIONE: COMITATO PROVINCIALE FIDAL FROSINONE Tel 0776/856090. Resp. Org. Augusto Terranova - tel. 334-9449999 – email ago@officine.it

LUOGO GARA: *Campo Atletica “A. Vespasiani” CECCANO Località Passo Del Cardinale (adiacente palazzetto dello sport)*

GARA ONLINE: CDS MASTER CROSS – 1° Fase – Domenica 9 febbraio 2014. Riferimento per le iscrizioni online **ID 605979** – primo campo a sinistra che ordina l’elenco delle gare disponibili.

CDS PROVINCIALE – Domenica 9 febbraio 2014 Riferimento per le iscrizioni online **ID 606182** – 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 Giovedì 6 Febbraio 2014 alle ore 24:00.

PUBBLICAZIONE ISCRIZIONI: l’elenco degli iscritti sarà pubblicato Venerdì 7 Febbraio 2014 sul sito Regionale, dopo le ore 15:00. Raccomandiamo a tutti di verificare l’esattezza delle operazioni di iscrizione svolte online.

RITIRO ISCRIZIONI: entro 60’ prima dell’inizio della gara.

REFERENTI: **Ref. Organizzativo:** Agostino Terranova - cell. 334/9449999

Ref. Tecnico: Lucio Farletti – tel. 333-1010548

Ref. Iscrizioni: Luigi Botticelli – cell. 335/7624042 – Email: botticelli@fidallazio.it

DISTANZE GARA: **M35-M40-M45-M50-M55** = Km 6

M60 ed oltre = Km 4

F35-F40-F45-F50-F55 = Km 4

F60 ed oltre = Km 3

PREMIAZIONI GARE PROVINCIALI: sono premiati con medaglia per ogni categoria i primi tre atleti/e M/F delle seguenti categorie: ragazzi, ragazze, cadetti, cadette, allievi, allieve, assoluti maschile e femminile (JPS).
Nella categoria esordienti riceveranno medaglia di partecipazione tutti i concorrenti.

PROGRAMMA ORARIO

ORE 8:45 - RITROVO

ore 10:00	6000 mt – MASTER Masch (M35-M40-M45-M50-M55)
ore 10:50	4000 mt – MASTER Femm/Masch (F35-F40-F45-F50-F55 + M60 ed oltre)
ore 11:20	3000 mt – MASTER Femm (F60 ed oltre)
ore 11:45	1500 mt – Ragazzi / Cadette
ore 12:00	2000 mt – Cadetti / Allieve
ore 12:20	1000 mt – Ragazze
ore 12:35	500 mt – Esordienti C/B – M/F
ore 12:45	5000 mt – Allievi / Assoluti

NOTA BENE: i regolamenti del CDS Master di Cross sono consultabili sul sito www.fidallazio.org nella sezione dei regolamenti alla pagina 21 e 22

24/1/2014

da Via Dei Monti Lepini/SS156 a Campo Rugby Ceccano - Google Maps



Via Dei Monti Lepini/SS156

- | | |
|--|---------------------------|
| 1. Procedi in direzione sudovest su Via Dei Monti Lepini/SS156
Continua a seguire la SS156
Circa 3 min | 2,4 km
2,4 km (totale) |
| 2. Svolta a sinistra verso SS156 Dir
Circa 2 min | 2,4 km
4,8 km (totale) |
| 3. Svolta a destra allo svincolo per Ceccano
Circa 1 min | 210 m
5,0 km (totale) |
| 4. Svolta a sinistra e imbocca SS156 Dir
Circa 1 min | 1,3 km
6,2 km (totale) |
| 5. Svolta a sinistra e imbocca Viale Fabrateria Vetus
Circa 1 min | 750 m
7,0 km (totale) |
| 6. Alla rotonda, prendi la 3ª uscita
Circa 45 sec | 350 m
7,3 km (totale) |



Campo Rugby Ceccano

Via Colle San Paolo, Pantano Cosa Frosinone

