



FEDERAZIONE ITALIANA  
DI ATLETICA LEGGERA

**Comitato Regionale LAZIO**

**DISPOSITIVO TECNICO – ORGANIZZATIVO**

## **MANIFESTAZIONE REGIONALE INDOOR C,A,J,P/S OPEN MASTER**

*Casal del Marmo (Roma), Sabato e Domenica 18/19 Gennaio 2014*

**ORGANIZZAZIONE:** RM050 - SS LAZIO ATLETICA LEGGERA – Resp. Org. Erik Maestri - cell. 335.7248801  
COMITATO REGIONALE FIDAL LAZIO – Via Flaminia Nuova, 830 - 00191 – Roma  
Tel: 06.33221775 – Email: [tecnico.lazio@fidal.it](mailto:tecnico.lazio@fidal.it)

**IMPIANTO LUOGO GARA:** Centro Sportivo Polizia Penitenziaria - CASAL DEL MARMO - Pistino Indoor.  
Via Giuseppe Barellai, 140 - Roma

**GARA ONLINE:** Manifestazione Regionale Indoor C, A, J, P/S Open Master – 18/19 Gennaio 2014  
Riferimento per le iscrizioni online **ID 605969** – 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 15 Gennaio 2014 alle ore 24:00.**

**PUBBLICAZIONE ISCRIZIONI:** l'elenco degli iscritti sarà pubblicato Giovedì 16 Gennaio sul sito Regionale, dopo le ore 15:00. Raccomandiamo a tutti di verificare l'esattezza delle operazioni di iscrizione svolte online.

**CONFERMA ISCRIZIONI:** entro 60' prima dell'inizio della gara.

**PROGRAMMA TECNICO:** CADETTI/E: 60m, 60hs, Alto, Asta, Triplo, Lungo, Peso  
ALLIEVI/E: 60m, 60hs, Alto, Asta, Triplo, Lungo, Peso  
JUN/PRO/SEN/MASTER m/f; 60m, 60hs, Alto, Asta, Triplo, Lungo, Peso

**REFERENTI:** **Ref. Organizzativo:** Erik Maestri - cell. 335.7248801  
**Ref. Tecnico:** Alessandra Palombo - cell. 349.8701928  
**Ref. Iscrizioni:** Luigi Botticelli – cell. 335.7624042 – email: [botticelli@fidallazio.it](mailto:botticelli@fidallazio.it)  
**Delegato Tecnico:** Michela Lipari –cell. 348.3039924

### **NOTA BENE:**

- **Gli orari potranno subire variazioni in base al numero degli iscritti**, eventuali modifiche verranno comunicate nelle 24 ore successive al termine delle iscrizioni riportato sul dispositivo.

## PROGRAMMA ORARIO

**Progressioni Salto in Alto** **Cadette:** 1.20-1.30-1.35-1.40-1.43-1.46-1.49-1.52 quindi di 2cm in 2cm  
**Allieve:** 1.30-1.40-1.45-1.50-1.53-1.55-1.57 quindi di 2cm in 2cm  
**J/P/S:** 1.40-1.45-1.50-1.55-1.60-1.63-1.66-1.69-1.72-1.74 quindi di 2cm in 2cm

**Cadetti:** 1.25-1.35-1.40-1.45-1.50-1.53-1.56-1.59 quindi di 2cm in 2cm  
**Allievi:** 1.40-1.50-1.60-1.65-1.70-1.73-1.76-1.79-1.81 quindi di 2cm in 2cm  
**J/P/S:** 1.60-1.70-1.80-1.85-1.88-1.91-1.94 quindi di 3cm in 3cm

**Progressioni Salto con l'Asta** **Cadette:** 1.80-1.90-2.00-2.10-2.20 quindi di 5cm in 5cm  
**Allieve:** 1.80-1.90-2.00-2.10-2.20 quindi di 5cm in 5cm  
**J/P/S:** 11.80-1.90-2.00-2.10-2.20-2.30-2.40 quindi di 5cm in 5cm

**Cadetti:** 1.80-2.00-2.10-2.20-2.30-2.40-2.50 quindi di 5cm in 5cm  
**Allievi:** 2.20-2.40-2.60-2.80 quindi di 10cm in 10cm fino a 3.90 poi di 5cm in 5cm  
**J/P/S:** 2.70-3.00-3.30-3.60-3.80-4.00 quindi di 10cm in 10cm fino a 5.00 poi di 5cm in 5cm

### PROGRAMMA 1^ Giornata - RITROVO ORE 14:15

ORARIO	GARA	CATEGORIA
15:30	Salto in Alto	Cadette + Allieve + Junior F + Promesse/Senior F + Master F
<b>A Seguire</b>	Salto in Alto	Cadetti + Allievi + Junior M + Promesse/Senior M + Master M
15:30	Salto Triplo	Cadette + Allieve + Junior F + Promesse/Senior F + Master F
<b>A Seguire</b>	Salto Triplo	Cadetti + Allievi + Junior M + Promesse/Senior M + Master M
15:30	Salto con l'Asta	Cadette + Allieve + Junior F + Promesse/Senior F + Master F
<b>A Seguire</b>	Salto con l'Asta	Cadetti + Allievi + Junior M + Promesse/Senior M + Master M

### PROGRAMMA 2^ Giornata - RITROVO ORE 9:15

ORARIO	GARA	CATEGORIA
10:30	Salto in Lungo	Cadette + Allieve + Junior F + Promesse/Senior F + Master F
<b>A Seguire</b>	Salto in Lungo	Cadetti + Allievi + Junior M + Promesse/Senior M + Master M
10:30	Lancio del Peso	Cadette + Allieve + Junior F + Promesse/Senior F + Master F
<b>A Seguire</b>	Lancio del Peso	Cadetti + Allievi + Junior M + Promesse/Senior M + Master M

**RITROVO ORE 13:45**

<b>15:00</b>	60 m Hs (h 0.76) - batterie	Cadette
	60 m Hs (h 0.76) – batterie	Allieve
<b>15:15</b>	60 m Hs (h 0.84) - batterie	Junior F + Promesse/Senior F + Master F
	60 m Hs (h 0.84) – batterie	Cadetti
<b>15:30</b>	60 m Hs (h 0.91) - batterie	Allievi
	60 m Hs (h 1.00) – batterie	Junior M
	60 m Hs (h 1.06) - batterie	Promesse/Senior M + Master M
<b>16:00</b>	60 m Hs (h 0.76) - finale	Cadette
	60 m Hs (h 0.76) – finale	Allieve
<b>16:15</b>	60 m Hs (h 0.84) – finale	Junior F + Promesse/Senior F + Master F
	60 m Hs (h 0.84) – finale	Cadetti
<b>16:30</b>	60 m Hs (h 0.91) - finale	Allievi
	60 m Hs (h 1.00) – finale	Junior M
	60 m Hs (h 1.06) - finale	Promesse/Senior M + Master M
<b>17:00</b>	60 m - batterie	Cadette
<b>17:20</b>	60 m – batterie	Allieve
<b>17:35</b>	60 m – batterie	Junior F + Promesse/Senior F + Master F
<b>17:55</b>	60 m – batterie	Cadetti
<b>18:15</b>	60 m – batterie	Allievi
<b>18:35</b>	60 m - batterie	Junior M + Promesse/Senior M + Master M
<b>19:00</b>	60 m - FINALE	Cadette
<b>19:10</b>	60 m – FINALE	Allieve
<b>19:20</b>	60 m – FINALE	Junior F + Promesse/Senior F + Master F
<b>19:30</b>	60 m – FINALE	Cadetti
<b>19:40</b>	60 m – FINALE	Allievi
<b>19:50</b>	60 m - FINALE	Junior M + Promesse/Senior M + Master M