

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI MASTER SU PISTA

Il Comitato Regionale FIDAL Lazio indice i Campionati Regionali individuali Master su pista maschili e femminili.

FASI DI SVOLGIMENTO

25/26 Giugno 2011

ROMA – Paolo Rosi

PROGRAMMA TECNICO

- GARE UOMINI
 - 100 - 200 - 400 - 800 - 1500 - 5000 - 10000
 - 3000 Siepi (35/59) - 2000 St (60 ed oltre)
 - Marcia 5 km
 - 110 Hs (35/49) - 100 hs (50/69) - 80 hs (70 ed oltre) - 400 hs (35/59) - 300 hs (60/79) - 200 hs (80 ed oltre)
 - alto - asta - lungo - triplo
 - peso - disco - martello - giavellotto - martello con maniglia corta
 - staffette 4x100 - 4x400
- GARE DONNE
 - 100 - 200 - 400 - 800 - 1500 - 5000
 - 2000 siepi (35 ed oltre)
 - Marcia 5 km
 - 100 hs (35/39) - 80 hs (40 ed oltre) - 400 hs (35/49) - 300 hs (50/69) - 200 hs (70 ed oltre)
 - alto - asta - lungo - triplo
 - peso - disco - martello - giavellotto - martello con maniglia corta
 - staffette 4x100 - 4x400

Norme di partecipazione

Possono partecipare gli atleti tesserati alla categoria Master e gli atleti della categoria Seniores nelle analoghe fasce d'età, concorrendo all'assegnazione del titolo.

Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti/e.

Ogni atleta nel complesso delle giornate previste può prendere parte ad un massimo di quattro gare individuali, fermo restando che ciascun atleta non può prendere parte a più di due gare per giornata.

Gli atleti che partecipano ad una gara superiore od uguale ai m.1000 possono prendere parte nello stesso giorno solare anche ad un'altra gara con esclusione delle gare superiori ai m. 200.

Le gare di corsa si effettuano a serie composte sulla base delle prestazioni ottenute nell'anno corrente da ciascun atleta. Saranno controllati i tempi d'iscrizione con le graduatorie on-line FIDAL del 2011.

I concorsi si effettuano con eliminatorie e finali per le migliori 6 prestazioni, per ciascuna fascia d'età.

Le gare di marcia sono valide ai fini della classifica del Trofeo "Fulvio Villa" di marcia (vedi Regolamento del Trofeo).

Premiazioni

Sono premiati con medaglia per ogni specialità i primi tre atleti/e.

Agli atleti/e primi classificati di ogni gara e di ciascuna staffetta per ciascuna fascia d'età è assegnata la maglia di "Campione Regionale Master 2011".