

DOMENICA 1 FEBBRAIO - Meeting INDOOR

cat. CADETTI, allievi, juniores, promesse, seniores, master M/F

Iscrizioni entro il 30 gennaio a ASD Atl. Pont Donnas: atletica@pont-donnas.it

Ritrovo ore 14,30

Chiusura conferma iscrizioni ore 15,00

Inizio gare ore 15,15

(l'orario dettagliato sarà comunicato al momento del ritrovo)

Organizzazione: Comitato Fidal Valle d'Aosta

programma tecnico: 60 MF – 60hs MF – alto MF - asta MF – lungo MF - peso MF

Regolamento

- Le corse si svolgeranno a serie. Al termine è prevista una prova finale di 60m piani e 60m ostacoli per i sei migliori tempi.
- Nelle gare di salto in lungo e getto del peso ciascun concorrente avrà a disposizione 4 (quattro) prove
- Tutti gli atleti, compresi i master, gareggeranno secondo le norme tecniche della propria categoria. Nella gara di getto del peso è data facoltà agli atleti juniores M e Master di gareggiare con l'attrezzo della categoria seniores (7.260 kg); tale scelta dovrà essere indicata all'atto dell'iscrizione.
- le progressioni dei salti in elevazione saranno uniche per tutte le categorie:
alto donne: 1.00 - 1.10 - 1.20 - 1.30 - 1.35 - 1.40 - 1.45 - 1.50 - 1.53 - 1.56 - 1.59 - 1.62 - 1.64 - 1.66 - ecc.
alto uomini: 1.10 – 1.20 - 1.30 - 1.35 - 1.40 - 1.45 - 1.50 - 1.55 - 1.60 - 1.65 - 1.70 - 1.73 - 1.76 - 1.79 - 1.82 - 1.84 - 1.86 - ecc.
asta donne: 1.80 - 1.90 - 2.00 - 2.10 - 2.20 - 2.25 - 2.30 - ecc.
asta uomini: 1.80 - 2.00 - 2.10 - 2.20 - 2.30 - 2.40 - 2.50 - 2.55 – 2.60 - ecc.
- sarà in funzione il cronometraggio elettronico automatico
- tassa gara: atleti tesserati in Valle d'Aosta e Piemonte euro 3,00 a gara, atleti provenienti da altre regioni euro 4,00 a gara.

Le iscrizioni sul campo saranno maggiorate di euro 1,00 ad atleta.