

**CAMPIONATI PROVINCIALI INDIVIDUALI CADETTI e CADETTE  
CAMPIONATI PROVINCIALI INDIVIDUALI ES10 Prima giornata  
(gare di contorno - Ragazzi/e – ASS.)**

**FOGGIA – Campo Scuola “Mondelli-Colella” 9 e 10 Settembre 2023**

**Il Comitato Prov.le Fidal FG indice ed organizza, per sabato 9 e domenica (mattina) 10 settembre 2023, i campionati provinciali individuali Cadetti/e – Esordienti ES10**

**PROGRAMMA GARE**

**Esordienti ES 10 M/F (Campionato provinciale)**

1° Giornata : 50 hs. – Marcia km. 1 – Vortex

2° Giornata : Lungo; 4x50 (anche mista)

**Ragazzi e Ragazze (Contorno)**

1° Giornata : 300 – Alto – Giavellotto – ASTA (promozionale)

2° Giornata : mt. 60; mt.600; Peso kg.2;

**CADETTI** 1° Giornata: 100 hs – 300 — 2000 – Marcia km. 5 — Triplo – giavellotto gr. 600 - Peso kg 4 - Asta

**CADETTI** 2° Giornata: 80 – 300 hs – 1000 – 1200 st - Alto – DISCO KG 1,5 - Lungo - 4x100

**CADETTE** 1° Giornata: 80 hs – 300 — 2000 – Marcia km. 3 — Triplo — giavellotto gr. 400 - Peso kg 3 - Asta

**CADETTE** 2° Giornata: 80 – 300 hs – 1000 – 1200 st – Alto - Disco kg 1 – Lungo - 4x100

**Assoluti (Contorno):** 200 U - D – ALTO D. – LUNGO U-D – GIAV AM – Asta AM - AF

60hs M./F: 6 ostacoli, h. 0,60 (F), distanze m. 12,00 – 5 x m. 7,50 – m. 10,50

Progressione Salti:

Asta Cadetti e Cadette: 1.60-1.70-1.80-1.90-2.00-2.10-2.20-2.30-2.40-2.50 poi di 5 cm in 5 cm

Alto Cadetti: 1.10-1.15-1.20-1.25-1.30-1.35-1.40-1.45-1.50-1.53-1.56 poi di 2 cm in 2 cm

Alto Cadette e Ragazzi/e: 1.00 -1.10 -1.15-1,20-1,25-1,28-1,31-1,34-1,37-1,40-1,43-1,46 poi di 2 cm in 2

Ragazzi/e: Lungo; Peso e Giavellotto 3 Prove; Cadetti/e: Lungo-Triplo-Disco-Peso-Giavellotto 4 prove

Altre distanze e prove lanci e salti secondo regolamenti federali

**NORME DI PARTECIPAZIONE**

Alla manifestazione possono partecipare tutte le società regolarmente affiliate per la stagione 2023 con un numero illimitato di atleti purché in possesso delle tessera federale regolarmente validata per la stagione in corso.

Ogni atleta può prendere parte complessivamente a 2 gare e la staffetta, ma a non più di due gare nella stessa giornata; i CADETTI partecipanti alle gare dai mt. 1000 in su non possono partecipare nella stessa giornata a gare di corsa la cui somma sia superiore a 1100 metri, mentre i ragazzi partecipanti ai metri 600 NON possono partecipare ad altra gara di corsa (Norma regionale)

**Le iscrizioni si effettueranno con la procedura on-line FINO ALLE ORE 22 DI GIOVEDÌ 7 SETTEMBRE 2023.**

**(INDICARE NELLE note il numero di pettorale assegnato a cura della società partecipante solo per le corse, indicare solo il numero, esempio: 344, non scrivere Pettorale 344 o N° 344)**

**ATTENZIONE: NON SARANNO ACCETTATE ISCRIZIONI OLTRE TALE TERMINE, NE' TANTOMENO SUL CAMPO.**

PREMI

Saranno premiati con medaglia i primi Tre atleti/e di ogni gara, il primo classificato riceverà la maglietta di "Campione Provinciale" (la maglietta verrà assegnata, allo stesso atleta solo per una gara)

**RECLAMI**

Eventuali reclami dovranno essere inoltrati nei tempi e nei modi previsti dal R.O. Per quanto non previsto dal presente regolamento vigono le norme tecniche della FIDAL e del G.G.G.

Il Comitato Provinciale FIDAL declina ogni responsabilità per incidenti, danni o altro che possono accadere ad atleti, cose, persone e terzi prima, durante e dopo la manifestazione.

Il Fiduciario tecnico provinciale  
f.to prof. Umberto Schinco

**ORARIO GARE (Provvisorio)**

Orario Definitivo Visionabile sul sito del CP [www.cpfidalfoggia.com](http://www.cpfidalfoggia.com) a chiusura iscrizioni

**SABATO 9 SETTEMBRE**

15:15 Ritrovo giuria e concorrenti

ORE	Esordienti	Ragazze	Ragazzi	Cadette	Cadetti	ASSOLUTI
15,30	50 HS	ASTA	ASTA	ASTA	ASTA	
15,50	VORTEX			Peso kg 3 80 hs		
16,10					100 hs – Peso kg 4	ASTA AM-AF
16,20						200 U-D
16,30		Alto – 300			-	
16,50			Alto – 300			
17,10				300	Triplo	
17,20					300	
17,40		Giavell gr. 400	Giavell gr. 400	giavell gr. 400	- giavell gr. 600	LUNGO U
17,40				2000 – Triplo		
17,50					2000	
18,00	Marcia Km. 1					
18,10			Marcia km. 2			GIAV AM
18,30				Marcia km. 3	Marcia km. 5	

**DOMENICA 10 SETTEMBRE**

8:45 Ritrovo giuria e concorrenti

ORE	Esordienti	Ragazze	Ragazzi	Cadette	Cadetti	ASSOLUTI
9,00	Lungo				Disco KG 1,5	
9,15				300 hs Disco kg 1		
9,30		Peso kg.2	Peso kg.2		Alto - 300 hs	
9,40				Alto -		
9,50		mt. 60	mt. 60			
10,00				80	80	ALTO D.
10,30		mt.600	mt. 600	Lungo		
10,50				mt.1000		
11,00					Lungo mt.1000	
11,10	4x50					
11,30				4x100		LUNGO D
11,45					4x100	