



3^ PROVA
GP GIOVANILE Su Pista 2015 e
Campionati di Società Ragazzi e Cadetti
Sabato 16 e Domenica 17 Maggio 2015
gare dalle ore 15,45
Campo Coni, via Maccani a Trento

REGOLAMENTO

L' Asd Atletica Valle di Cembra in collaborazione con la FIDAL Trentino organizza la terza prova del Gran Premio giovanile su pista 2015, valevole anche come CDS RAGAZZI e CADETTI

PROGRAMMA GARE RAGAZZI/E:

Velocità: 60m, 60 hs, staffetta 4x100, 3x800 **Lanci:** peso, pallina 200gr
Mezzofondo: 1000m, marcia (km. 2) **Salti:** Lungo, alto (progressione salti secondo regolam. Fidal)

PROGRAMMA GARE CADETTI/E:

Velocità e Ostacoli: 80m – 300m - 100hs – 300hs - 4x100
Mezzofondo Masch. : 1000m – 2000m – marcia (km 5 nei CdS e campionati regionali individuali) e 1200siepi
Mezzofondo Femm. : 1000m – 2000m – marcia (km 3 nei CdS e campionati regionali individuali) e 1200siepi
Lanci Masch. : peso kg. 4 - giavellotto gr. 600 - disco kg.1,5 - martello kg.4 (4 lanci a testa)
Lanci Femm. : peso kg. 3 - giavellotto gr. 400 - disco kg.1 - martello kg.3 (4 lanci a testa)
Salti: alto - asta - lungo – triplo (progressione salti secondo regolamento Fidal Nazionale)
Ciascun atleta delle categorie Cadetti/e potrà effettuare 4 salti/lanci in ciascun concorso.
Ciascun atleta delle categorie Ragazzi/e potrà effettuare 3 salti/lanci in ciascun concorso.

NORME DI PARTECIPAZIONE

Ciascuna società può partecipare con un numero illimitato di atleti/e;
Ciascun atleta può prendere parte a tre prove compreso la staffetta;
Gli/le atleti/e categoria ragazzi/e partecipanti alle gare sui 1000 metri o marcia o 3x800m potranno prendere parte solamente ad un'altra gara nella stessa giornata e non nel settore mezzofondo/marcia.
Gli/le atleti/e categoria cadetti/e partecipanti alle gare di mezzofondo o marcia potranno partecipare solamente ad un concorso o ad una staffetta nel corso della stessa giornata di gare
Ciascun atleta delle categorie Cadetti/e potrà effettuare 4 salti (in lungo e triplo) / lanci in ciascun concorso
Ciascun atleta delle categorie Ragazzi/e potrà effettuare 3 salti (in lungo e triplo) / lanci in ciascun concorso.
Possono partecipare alle gare atleti tesserati FIDAL;

DISPOSITIVI:

Il programma orario è indicativo, le gare verranno disputate a seguire;
Le gare saranno effettuate in serie con cronometraggio elettronico;
Sono ammessi ad entrare in campo solo gli atleti per la gara, tecnici allenatori e istruttori, gli spettatori e atleti in attesa, troveranno posto sulle gradinate

ISCRIZIONI:

Le iscrizioni dovranno essere effettuate obbligatoriamente entro le ore 20 di giovedì 14 Maggio 2015 attraverso il sistema "on-line" in www.fidal.it.

QUOTA ISCRIZIONI:

€ 2,00 PER ATLETA, categorie giovanili, iscrizioni sul posto € 10,00
€ 2,00 A GARA, categorie assolute e Senior F e M, iscrizioni sul posto € 10,00
La società al ritiro pettorali e conferme atleti, pagherà per TUTTI gli atleti iscritti.

ALTRE NORME TECNICHE:

Si fa riferimento al Regolamento del Gran Prix Giovanile 2015 o del GGG attualmente in vigore

PREMIAZIONI

Per i C.D.S. : La Società vincitrice in ciascuna categoria sarà proclamata Campione Provinciale 2015

Per il G.P.G.: Le premiazioni sono previste solo alla finale in Ottobre 2015

Gare di contorno: Verranno premiati i primi 3 di ogni gara di contorno

CONTORNO:

Sono previste alcune gare di contorno per categorie Allievi/e e Juniores M e F, inoltre la domenica come ultima gara un 1000 m. per le sole categorie Assoluti/Senior M e F.

Pur avendo cura della buona riuscita della manifestazione la società organizzatrice declina ogni responsabilità in caso di qualsiasi incidente, danno o altro che dovesse verificarsi prima, durante e dopo lo svolgimento della manifestazione. presente Per quanto non contemplato nel regolamento valgono le norme tecniche della FIDAL e del G.G.G. attualmente in vigore.

SABATO 16 MAGGIO 2015

	Ragazzi	Ragazze	Cadetti	Cadette	Allievi	Allieve
15.00	Ritrovo					
15.45			Disco		Disco	
16.10					110hs (A/I)	
16.30		Lungo (Nord)	Triplo (sud)	Alto		100hs (A/I)
16.45			100hs			
17.00		Pallina		80hs		
17.15	60HS			Triplo (sud)		
17.30		60HS				
17.45	Lungo		Asta	Asta		
17.50			1000			
17.55				1000		
18.00	Pallina					
18.05			300			
18.10				300		
18.20				Peso		Peso
18.20	3x800					
18.30		3x800				
18.45			Giavellotto		Giavellotto	
19.00	Marcia	Marcia	Marcia	Marcia	Marcia	Marcia

DOMENICA 17 MAGGIO 2015

	Ragazzi	Ragazze	Cadetti	Cadette	Allievi	Allieve
8.45	Ritrovo martello					
9.30			Martello	Martello	Martello	Martello
9.30	Ritrovo					
10.00	Peso	Alto (sud)				
10.10			300hs			
10.25				300hs		
10.35	1000			Lungo (sud)		
10.40		1000				
10.50	60	Peso	Alto	Disco		Disco
10.50		60				
11.00			80			
11.10	Alto (sud)			80		
11.25			Lungo (sud)			
11.25			2000			
11.40				2000		
11.40			1200s			
11.45			Peso	1200s	Peso	
12.05	4x100			Giavellotto		Giavellotto
12.05		4x100				
12.15			4x100			
12.25				4x100		
12.35	1000 per Assoluti M e F					