

MANIFESTAZIONI REGIONALI INDOOR OPEN 2009
Padova – Impianto Indoor (ex Foro Boario) Corso Australia
CALENDARIO, PROGRAMMI GARE E ORARIO

SABATO 10 GENNAIO						
MANIFESTAZIONE REGIONALE OPEN						
Categorie CADETTI/E ALLIEVI/E						
PROGRAMMA GARE						
Cadetti: 60 – 60 hs – Lungo – Asta – Peso – Marcia 3 km* – Staffetta (3x1giro)*						
Cadette: 60 – 60 hs – Lungo – Asta – Peso – Marcia 3 km* – Staffetta (3x1giro)*						
Allievi: 60 – 60 hs – Asta – Peso						
Allieve: 60 – 60 hs – Asta – Peso						
* cronometraggio manuale						
Progress. Asta M 2.10-2.30-2.50-2.60-2.70-2.80-2.90 quindi di 10 in 10						
Progress. Asta F 1.90-2.00-2.10-2.20-2.30-2.40-2.50 quindi di 10 in 10						
Ore 14.30: Ritrovo giurie e concorrenti						
Le iscrizioni vanno presentate almeno 60' prima della gara e con termine ultimo alle ore 16.00.						
Gare Femminili			Orario	Gare Maschili		
60 C	Asta C/A	Peso C	15.30		Asta C/A	
60 A			15.45			
	Lungo C		16.00	60 C		
		Peso A	16.15	60 A		
60 hs C			16.30			
60 hs A			16.45			
			16.55	60 hs C	Lungo C	Peso C
			17.10	60 hs A		
60 Finale C			17.20			
60 Finale A			17.25			
			17.30	60 Finale C		Peso A
			17.35	60 Finale A		
Marcia C			17.50	Marcia C		
Staffette C			18.15			
			18.25	Staffette C		

SABATO 17 GENNAIO
MANIFESTAZIONE REGIONALE OPEN
Categorie ALLIEVI – JUNIOR – PROMESSE – SENIOR M/F

PROGRAMMA GARE

Allievi: 400 – 1000 – Alto – Triplo – Marcia 5 km

Allieve: 400 – 1000 – Alto – Triplo – Marcia 3 km

Jn/Pr/Se M: 400 – 1500 – Triplo – Alto – Peso – Marcia 5km

Jn/Pr/Se F: 400 – 1500 – Triplo – Alto – Peso – Marcia 3 km

Progress. Alto M 1.50-1.60-1.70-1.80-1.85-1.90-1.95-1.99-2.02-2.05-2.08-2.11-2.14-2.16 quindi di 2 in 2

Progress. Alto F 1.30-1.40-1.50-1.54-1.57-1.60-1.63-1.66-1.69-1.72-1.74-1.76 quindi di 2 in 2

Ore 14.30: Ritrovo giurie e concorrenti

Le iscrizioni vanno presentate almeno 60' prima della gara e con termine ultimo alle ore 16.00.

Gare Femminili		Orario	Gare Maschili		
	Alto A/J/P/S	15.35		Triplo A/J/P/S	Peso J/P/S
400 A/J/P/S		16.00			
		16.15	400 A/J/P/S		
	Peso J/P/S	16.25			
1000 A		16.40		Alto A/J/P/S	
	Triplo A/J/P/S	16.50	1000 A		
1500 J/P/S		17.00			
		17.20	1500 J/P/S		
Marcia A/J/P/S		17.40	Marcia A/J/P/S		

SABATO 24 GENNAIO
MANIFESTAZIONE REGIONALE OPEN
Categorie ALLIEVI – JUNIOR – PROMESSE – SENIOR M/F

PROGRAMMA GARE

Allievi: 60 – 60 hs– Lungo – Asta – Peso

Allieve: 60 – 60 hs– Lungo – Asta – Peso

Jn/Pr/Se M: 60 – 60 hs– 800 – 3000 – Lungo – Asta – Peso

Jn/Pr/Se F: 60 – 60 hs– 800 – 3000 – Lungo – Asta – Peso

Progress. Asta M 2.60-2.80-3.00-3.20-3.40-3.60-3.80-4.00-4.10-4.20 quindi di 10 in 10

Progress. Asta F 2.00-2.20-2.40-2.60-2.80-3.00-3.10-3.20-3.30-3.40 quindi di 10 in 10

Ore 14.30: Ritrovo giurie e concorrenti

Le iscrizioni vanno presentate almeno 60' prima della gara e con termine ultimo alle ore 16.00.

Gare Femminili			Orario	Gare Maschili		
60 A/J/P/S		Peso A/J/P/S	15.30		Lungo A/J/P/S	
	Asta A/J/P/S		15.45	60 A/J/P/S	Asta A/J/P/S	
60 hs A serie			16.10			
60 hs J/P/S serie			16.20			
			16.35	60 hs A serie		
			16.45	60 hs J/P/S serie		
60 Finale A			17.00			Peso A/J/P/S
60 Finale J/P/S			17.05			
			17.10	60 Finale A		
			17.15	60 Finale J/P/S		
	Lungo A/J/P/S		17.30			
800 A/J/P/S			18.00			
			18.10	800 A/J/P/S		
3000 A/J/P/S			18.30			
			18.45	3000 A/J/P/S		

SABATO 31 GENNAIO
CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI ALLIEVI-E OPEN
+ MANIFESTAZIONE REGIONALE OPEN
Categorie ALLIEVI – JUNIOR – PROMESSE – SENIOR M/F

PROGRAMMA GARE

Allievi: 400 – 1000 – Triplo – Alto – Peso – Marcia 5 km– Staffetta (4x1giro)

Allieve: 400 – 1000 – Triplo – Alto – Peso – Marcia 3 km – Staffetta (4x1giro)

Jn/Pr/Se M: 400 – 1500 – **Marcia 5 km**

Jn/Pr/Se F: 400 – 1500 – **Marcia 3 km**

Progress. Alto ALLIEVI 1.40-1.50-1.60-1.65-1.70-1.73-1.76-1.79-1.82-1.85-1.87 quindi di 2 cm. in 2cm

Progress. Alto ALLIEVE 1.30-1.40-1.45-1.50-1.53-1.56-1.58-1.60 quindi di 2 cm. in 2 cm.

Ore 14.30: Ritrovo giurie e concorrenti

Le iscrizioni vanno presentate almeno 60' prima della gara e con termine ultimo alle ore 16.00.

Gare Femminili			Orario	Gare Maschili		
400 A	Alto A	Triplo A	15.30			Peso A
400 J/P/S			15.40			
			15.50	400 A		
			16.00	400 J/P/S	Triplo A	
1000 A		Peso A	16.30			
			16.40	1000 A	Alto A	
1500 J/P/S			16.55			
			17.10	1500 J/P/S		
Marcia A/J/P/S			17.40	Marcia A/J/P/S		
Staffetta A			18.20			
			18.30	Staffetta A		

DOMENICA 01 FEBBRAIO
CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI ALLIEVI-E OPEN
+ MANIFESTAZIONE REGIONALE OPEN
Categorie ALLIEVI – JUNIOR – PROMESSE – SENIOR M/F

PROGRAMMA GARE

Allievi: 60 – 60 hs– Lungo – Asta
Allieve: 60 – 60 hs– Lungo – Asta
Jn/Pr/Se M: 60 – 60 hs– Lungo – Peso
Jn/Pr/Se F: 60 – 60 hs– Lungo – Peso

Le gare dei 60 Hs M e Peso M sono valide per l'assegnazione dei Titoli Regionali Individuali Junior, per cui gli Atleti gareggiano con altezze ostacoli e peso previsti per la Categoria.

Le finali per le gare dei 60 hs Allievi/e Junior M/F saranno disputate solo se almeno 8 atleti prenderanno parte al primo turno di gara

Progress. Asta ALLIEVI 2.10-2.30-2.50-2.60-2.70-2.80-2.90 quindi di 10 in 10

Progress. Asta ALLIEVE 1.90-2.00-2.10-2.20-2.30-2.40- quindi di 10 in 10

Ore 8.30: Ritrovo giurie e concorrenti

Le iscrizioni vanno presentate almeno 60' prima della gara e con termine ultimo alle ore 10.00.

Gare Femminili			Orario	Gare Maschili		
60 A	Asta A Lungo A/J/P/S	Peso J/P/S	9.30		Asta A	
60 J/P/S			9.40			
			9.50	60 A		
			10.00	60 J/P/S		
60 hs A			10.20		Lungo A/J/P/S	Peso J/P/S
60 hs Junior + S/P serie			10.30			
			10.45	60 hs A		
			10.55	60 hs Junior		
			11.05	60 hs P/S serie		
60 Finale A			11.20			
60 Finale J/P/S			11.25			
			11.30	60 Finale A		
			11.35	60 Finale J/P/S		
60 hs A eventuale finale			11.50			
60 hs Junior eventuale finale			12.00			
			12.15	60 hs A eventuale finale		
			12.25	60 hs Junior eventuale finale		

SABATO 07 FEBBRAIO**CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI ASSOLUTI E JUNIOR OPEN**

È possibile la partecipazione degli Atleti della categoria Allievi/e con gli attrezzi della categoria Assoluta

PROGRAMMA GARE

Jn/Pr/Se M: 60 – 400 – 1500 – Triplo – Asta – Peso – Marcia 5 km

Jn/Pr/Se F: 60 – 400 – 1500 – Triplo – **Alto** – Peso – Marcia 3 km

Progress. Asta M 2.70-3.00-3.30-3.60-3.80-4.00-4.20-4.30 quindi di 10i n 10 fino a 5m e poi di 5 in 5

Progress. Alto F 1.40-1.45-1.50-1.55-1.60-1.65-1.68 quindi di 3 in 3

Ore 14.30: Ritrovo giurie e concorrenti

Le iscrizioni vanno presentate almeno 60' prima della gara e con termine ultimo alle ore 16.00.

Gare Femminili			Orario	Gare Maschili		
60 J/P/S	Triplo J/P/S	Peso J/P/S	15.30		Asta J/P/S	
			16.00	60 J/P/S		
400 J/P/S	Alto J/P/S		16.30			
			16.40	400 J/P/S	Triplo J/P/S	Peso J/P/S
60 Finali J/P/S (migliori 12 tempi)			17.00			
			17.05	60 Finali J/P/S (migliori 12 tempi)		
1500 J/P/S			17.10			
			17.20	1500 J/P/S		
Marcia J/P/S			17.40	Marcia J/P/S		

DOMENICA 08 FEBBRAIO**CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI ASSOLUTI E JUNIOR OPEN**

È possibile la partecipazione degli Atleti della categoria Allievi/e con gli attrezzi della categoria Assoluta

PROGRAMMA GARE

Jn/Pr/Se M: 60 hs – 800 – 3000 – Lungo – Alto – Staffetta (4x1giro)

Jn/Pr/Se F: 60 hs – 800 – 3000 – Lungo – **Asta** – Staffetta (4x1giro)

Le finali per le gare dei 60 hs M/F saranno disputate solo se almeno 8 atleti prenderanno parte al primo turno di gara

Progress. Alto M 1.60-1.70-1.80-1.85-1.90-1.95-1.98 quindi di 3 in 3

Progress. Asta F 2.00-2.20-2.40-2.50-2.60-2.70-2.80 quindi di 5 in 5

Ore 8.30: Ritrovo giurie e concorrenti

Le iscrizioni vanno presentate almeno 60' prima della gara e con termine ultimo alle ore 10.00.

Gare Femminili			Orario	Gare Maschili		
60 hs J/P/S	Lungo J/P/S	Asta J/P/S	9.30			
			9.50	60 hs J/P/S		
800 J/P/S			10.05		Alto J/P/S	
			10.15	800 J/P/S		
3000 J/P/S			10.40		Lungo J/P/S	
			11.00	3000 J/P/S		
60 hs J/P/S Finali			11.15			
			11.30	60 hs J/P/S Finali		
Staffetta			11.40			
			11.50	Staffetta		

SABATO 14 FEBBRAIO
CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI MASTER OPEN
Categorie MASTER M/F

PROGRAMMA GARE

Master M: 200 – 800 – 3000 – Triplo – Alto – Peso – Marcia 3 km

Master F: 200 – 800 – 3000 – Triplo – Alto – Peso – Marcia 3km

Ore 14.30: Ritrovo giurie e concorrenti

Le iscrizioni vanno presentate almeno 60' prima della gara e con termine ultimo alle ore 15.30.

Gare Femminili			Orario	Gare Maschili		
200	Alto Triplo	Peso	15.30		Alto	
			15.50	200		
800			16.10			
			16.30	800	Triplo	Peso
3000			17.00			
			17.20	3000		
Marcia			17.45	Marcia		

DOMENICA 15 FEBBRAIO
CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI MASTER OPEN
+ CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI CADETTI OPEN

PROGRAMMA GARE

Master M: 60 – 60 hs– 400 – 1500 – Lungo – Asta

Master F: 60 – 60 hs– 400 – 1500 – Lungo – Asta

Cadetti: 60 hs – Lungo – Peso

Cadette: 60 hs – Lungo – Peso

Ore 8.30: Ritrovo giurie e concorrenti

Le iscrizioni vanno presentate almeno 60' prima della gara e con termine ultimo alle ore 9.30.

Gare Femminili			Orario	Gare Maschili		
60 hs C	Asta MF	Peso C	9.30		Asta MM	
60 hs MF			9.40			
			9.50	60 hs C		
			10.00	60 hs MM		
60 MF			10.10			
	Lungo C+ MF		10.20	60 MM	Lungo C+ MM	
400 MF			10.40			Peso C
			10.50	400 MM		
1500 MF			11.05			
			11.15	1500 MM		

DOMENICA 22 FEBBRAIO
CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI CADETTI OPEN

PROGRAMMA GARE

Cadetti: 60 – 1000 – Triplo – Asta – Alto – Marcia 3 km* – Staffetta (3x1giro)*
Cadette: 60 – 1000 – Triplo – Asta – Alto – Marcia 3 km* – Staffetta (3x1giro)*

*cronometraggio manuale

Progress. Asta Cadetti 1.80-2.00-2.10-2.20-2.30-2.40-2.50-2.55 quindi di 5 cm. in 5 cm.
Progress. Asta Cadette 1.80-1.90-2.00-2.10-2.20-2.25 quindi di 5 cm. in 5 cm.
Progress. Alto Cadetti 1.25-1.35-1.40-1.45-1.50-1.53-1.56-1.58 quindi di 2 cm in 2cm
Progress. Alto Cadette 1.20-1.30-1.35-1.40-1.43-1.45-1.48-1.50 quindi di 2 cm. in 2 cm.

Ore 8.30: Ritrovo giurie e concorrenti

Le iscrizioni vanno presentate almeno 60' prima della gara e con termine ultimo alle ore 9.30.

Gare Femminili		Orario	Gare Maschili	
60 C	Asta C Triplo C	9.30		Asta C
		9.45	60 C	
1000 C		10.15		Triplo C
	Alto C	10.25	1000 C	Alto C
Marcia C		10.40	Marcia C	
Staffetta		11.20		
		11.30	Staffetta	

SABATO 28 FEBBRAIO
TROFEO DELLE PROVINCE VENETE PER RAPPRESENTATIVE PROVINCIALI
Categorie Ragazzi maschile e femminile

Ore 14.30 Ritrovo giurie e concorrenti

Ore 15.00 Inizio gare

Partecipazione.

La manifestazione è riservata alla categoria RAGAZZI/E.

Ciascuna Rappresentativa di Comitato Provinciale schiererà due squadre, una femminile ed una maschile, composte ciascuna da 8 atleti.

Programma tecnico.

Triathlon: m. 60 – salto in alto (4 tentativi) – lancio del peso kg. 2 (3 lanci).

Staffetta 6 x 1 giro (3 maschi + 3 femmine) con cronometraggio manuale

Classifica di Rappresentativa

A ciascun risultato individuale verrà attribuito il punteggio secondo le tabelle federali.

La classifica finale verrà fatta sommando i punteggi ottenuti da tutti i componenti la Rappresentativa.

Per la classifica di Rappresentativa non verrà considerata la gara di staffetta.

Classifiche individuali

Verranno stilate due classifiche: una maschile ed una femminile in base alla somma dei punteggi ottenuti nelle 3 prove del triathlon da ciascun atleta.

Premiazioni

Rappresentativa: tutte le partecipanti.

Individuali: le prime 12 femmine ed i primi 12 maschi classificati; il ragazzo e la ragazza primi classificati saranno proclamati CAMPIONI REGIONALI DI PROVE MULTIPLE INDOOR 2009.

Staffetta: le prime 3 classificate.

COME RAGGIUNGERE L' IMPIANTO INDOOR:

- **Autostrada A4 VENEZIA – MILANO**
Uscita PD OVEST. Prendere la Tangenziale Corso Australia in direzione A13 PD -BO (all' inizio della Tangenziale seguire indicazioni "*Atletica Leggera Impianto Indoor*"). Prendere l' uscita per Padova Centro e rientrare subito in tangenziale. Seguire indicazioni in loco.
- **Autostrada A13 BOLOGNA – PADOVA**
Uscita PD SUD. Seguire la tangenziale direzione A4 VE - MI . Seguire indicazioni in loco "*Atletica Leggera Impianto Indoor*".

