FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Regionale Emilia Romagna

Bologna 17 ottobre 2017
Prot. 295/17

ATTIVITA' INVERNALE – RADUNI 2017

Il settore tecnico Emilia Romagna propone per il periodo invernale 2017 una serie di raduni suddivisi secondo lo schema sotto riportato:

	LUOGO e DATA	LUOGO e DATA	note
VELOCITA'	MODENA 05/11	MODENA 17/12	Impianto indoor
OSTACOLI	MODENA 19/11	MODENA 03/12	" "
MEZZOFONDO	REGGIO E. 19/11	REGGIO E. 03/12	Campo scuola atletica
ALTO	MODENA 19/11	MODENA 03/12	Impianto indoor
ASTA	MODENA 12/11	MODENA 17/12	" "
LUNGO/TRIPLO	MODENA 12/11	MODENA 03/12	" "
PESO	MODENA 05/11	MODENA 03/12	" "
DISCO	MODENA 12/11	MODENA 17/12	" "
MARTELLO	MODENA 05/11	MODENA 03/12	" "
GIAVELLOTTO	MODENA 19/11	MODENA 17/12	" "
MARCIA	MODENA 19/11	MODENA 17/12	" "

Gli orari d'allenamento saranno:

MODENA mattino dalle **10,00 alle 12,15** - pomeriggio dalle **15,00 alle 17,00**

REGGIO E. dalle **09,30 alle 17,30** (con allenamento mattutino al Parco di VIANO (RE)

POSSONO PARTECIPARE:

- tutti **i TECNICI** regolarmente tesserati (***indipendentemente dalla presenza di propri atleti ai raduni***) senza dover effettuare nessuna procedura di adesione; (un tecnico partecipante se desidera portare con se' propri atleti senza minimo deve farne preventiva richiesta al responsabile di specialità)

- **gli ATLETI** nati negli anni (2002 - 2001 – 2000 – 1999) che abbiano conseguito i minimi nella stagione 2017 (riportati nella tabella seguente) e **che facciano esplicita richiesta di adesione** tramite mail a: casarini74ale@gmail.com entro **martedì 31 Ottobre '17**

- Possono inoltre partecipare anche gli atleti invitati direttamente dai responsabili di specialità.

- E' richiesta (possibilmente) la presenza del tecnico degli atleti partecipanti.

FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Regionale Emilia Romagna

MINIMI DI PARTECIPAZIONE AL PROGETTO INVERNALE (riferiti alla categoria 2017)						
Gara	Cadetti	cadette	allievi	Allieve	JM	JF
80/100	9.24	10.14	11.04	12.34	10.90	12.30
200	-	-	22.54	25.04	22.00	25.14
300/400	36.74	41.44	50.24	58.24	49.44	57.24
800	-	-	2.01.50	2.26.50	1.57.50	2.24.50
1000/1500	2.41.00	3.10.00	4.14.00	5.10.00	4.05.00	4.55.00
2000/3000	6.01.00	7.10.00	9.25.00	11.33.00	8.55.00	11.00.00
5000	-	-	-	-	15.45.00	19.25.00
1200 / 2000 / 3000 st	3.33.00	4.06.50	6.45.00	8.20.00	9.58.00	12.45.00
80/100/110h	14.34	12.34	15.24	Cm76 15.05 Cm84 15.54	15.30	15.45
300/400h	42.44	47.73	57.74	1.06.80	57.00	1.06.44
Alto	1.75	1.55	1.80	1.60	1.90	1.63
Asta	3.50	2.90	3.90	3.10	4.10	3.30
Lungo	6.15	5.20	6.55	5.30	6.65	5.30
Triplo	12.45	10.75	13.00	11.00	13.15	11.00
Peso	13.15	11.00	14.00	11.60	13.50	11.00
Disco	34.00	27.50	42.00	32.50	41.00	33.50
Martello	45.00	38.00	53.00	46.00	50.00	42.00
Giavellotto	45.00	35.00	50.00	35.00	50.00	35.00