

2° KIDS ATHLETICS & CROSS ESORDIENTI

1° CROSS CORTO PROVINCIALE OPEN ASSOLUTI

EDIZIONE 2019

ORGANIZZAZIONE

Atletica Villafranca VR – VR 831
Comitato Provinciale FIDAL di Verona

PARTECIPAZIONE E NORME TECNICHE

Manifestazione sportiva riservata alla categoria esordienti A, B e C (in quest'ultima categoria anche i nati nel 2014). Possono partecipare gli atleti nati nel 2008-09-10-11-12-13-14 tesserati FIDAL o enti di promozione sportiva convenzionati per il 2019.

Al cross corto provinciale open possono partecipare tutti gli atleti regolarmente tesserati FIDAL nell'anno 2019 a partire dalla categoria ALLIEVI fino alla categoria MASTER compresa nella categoria SENIOR.

ATTENZIONE: per regolamento del palasport all'interno della struttura si devono tenere delle scarpe pulite, quindi si prega tutti gli atleti di attrezzarsi con un cambio.

ISCRIZIONI E CONFERMA

Le iscrizioni dovranno essere fatte online nell'apposita sezione del sito FIDAL nazionale entro giovedì 21 novembre alle ore 21. E' previsto il pagamento di una somma di iscrizione alla manifestazione di:

- 3 euro per singolo partecipante delle categorie **ESORDIENTI A - B - C**. Per gli atleti assenti valgono le regole stabilite per le gare esordienti 2019 (versamento quote per intero sul totale degli iscritti in caso di assenza di più del 10% degli iscritti). In caso di iscrizione direttamente sul luogo della gara, è previsto il pagamento di 5 euro DI AMMENDA. Sono possibili sostituzioni SOLO PER LA CATEGORIA ESORDIENTI.
- 4 euro per singolo partecipante delle categorie **ALLIEVI - JUNIOR**;
- 5 euro per singolo partecipante delle categorie **SENIOR** (compresi PROMESSE e MASTER);

da versare al momento del ritrovo.

PROGRAMMA ORARIO

08.30 Ritrovo

09.00 chiusura iscrizioni

	Esordienti A (2008-2009)	Esordienti B (2010-2011)	Esordienti C (2012-2013-2014)
09:15	Corsa campestre	Stazioni indoor (fino alle 10:00)	
09:30			Corsa campestre
10:00	Stazioni indoor (fino alle 11:00)		Stazioni indoor (fino alle 10:40)
10:10		Corsa campestre	

Premiazioni a partire dalle 11.00

PROGRAMMA TECNICO DEL KIDS

ESORDIENTI A

Triathlon individuale e Cross a punti

1. Corsa campestre (600m)
2. Salto in lungo sul saccone (3 salti a testa, punti da 1 a 10)
3. Lancio della palla dal petto 1kg (3 lanci a testa, punti da 1 a 10)
4. 35 m piani andata e ritorno (3 prove)

ESORDIENTI B

Kids Athletics e Cross a squadre

1. Percorso agilità (media punti)
2. Salto in lungo sul saccone (media punti)
3. Lancio della palla dal petto 1 kg (media punti)
4. 35 m piani andata e ritorno a staffetta(media tempo)
5. Corsa campestre 400m (1 punto al primo, 2 al secondo, ecc. Vince la squadra che totalizza meno punti)

ESORDIENTI C

1. Gioco dei cerchi
2. Staffetta a serpente
3. Gioco delle scarpe
4. Corsa campestre 200 m

PREMIAZIONI

-ESORDIENTI C riconoscimento e medaglia

-ESORDIENTI B riconoscimento per tutti più medaglia per la squadra vincitrice

-ESORDIENTI A riconoscimento per tutti più medaglia individuale per i primi 10 classificati (maschile e femminile).

Verranno premiate con Coppa le prime 3 società per numero di partecipanti.

INFORMAZIONI

Responsabile manifestazione: Lara Montresor 348 914 4847 montresor.lar@gmail.com

PROGRAMMA TECNICO DEL CROSS CORTO PROVINCIALE

09.30 Ritrovo

10.30 chiusura iscrizioni

10:45	ALLIEVE + JUNIOR	2 KM	2 GIRI DA 1000 METRI
11:00	ALLIEVI + JUNIOR	3 KM	3 GIRI DA 1000 METRI
11:20	SENIOR DONNE	3 KM	3 GIRI DA 1000 METRI
11:50	SENIOR UOMINI	4 KM	4 GIRI DA 1000 METRI

Premiazioni a partire dalle 12.00 con le categorie allieve e junior femminili e a seguire le altre categorie.

PREMIAZIONI

- ALLIEVI: medaglia e gadget ai/alle primi/e 3 classificati/e;
- JUNIOR: medaglia e gadget ai/alle primi/e 3 classificati/e;
- SENIOR: medaglia e gadget ai/alle primi/e 3 classificati/e.

INFORMAZIONI

Responsabile manifestazione: Daniele Aloe 346-2406695 daniele.aloe@atleticainsieme.it