



CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI ASSOLUTI su PISTA NO OPEN con MINIMI DI PARTECIPAZIONE - 1^ Giornata

Comitato Regionale LOMBARDIA

DATA: sabato 28 giugno 2025 (1^ giornata)

LUOGO: [Clusone \(BG\) – Centro Atletica Prati Mini, Via Michelangelo da Caravaggio, 13](#)

ORGANIZZAZIONE: POOL SOC.ATL.ALTA VALSERIANA BG353 - 034622664 BG353@fidal.it

COMITATO: -

PISTA – REGIONALE NO OPEN – [WORLD RANKINGS COMPETITION 2025](#)

ISCRIZIONI: fino a giovedì 26 giugno ore 14:00

ISCRIZIONI TARDIVE: fino a giovedì 26 giugno ore 23:00 (Google Form).

Ammenda di 10,00 € per ALL/JUN/PRO/SEN/MAS. [NORME REGIONALI \(Pag. 3\)](#)

Il pagamento va versato a FIDAL LOMBARDIA

IBAN: IT24U0100501601000000140051; CAUSALE: “TARDIVA – CODICE SOCIETA’ – N° ATLETI DA ISCRIVERE – CLUSONE 28 GIUGNO 2025”.

NON SARANNO ACCETTATE ISCRIZIONI SUL CAMPO.

TASSA ISCRIZIONE ATLETA GARA (LOMBARDIA): la riscossione della tassa d’iscrizione atleta/gara è a carico del CRL. Le quote iscrizione verranno saldate tramite bonifico in soluzioni riepilogative periodiche per Società su comunicazione di FIDAL LOMBARDIA. La comunicazione arriverà sulla mail federale di ogni Società.

La TIAG è di 3,00 € per ALL/JUN/PRO/SEN/MAS. [NORME REGIONALI \(Pag. 15\)](#).

L’elenco degli iscritti e l’orario gare saranno pubblicati sul sito [www.fidal.it](#) e [www.fidal-lombardia.it](#) entro la giornata di Venerdì 27 Giugno 2025.

CONFERME: gli atleti iscritti sono automaticamente confermati.

MINIMI DI PARTECIPAZIONE: per potersi iscrivere alla manifestazione le categorie ALL/JUN/PRO/SEN/MAS dovranno essere in possesso dei minimi di partecipazione indicati nella tabella “[MINIMI DI PARTECIPAZIONE](#)”.

GRUPPI/SERIE:

- Le gare di corsa ed ostacoli si svolgeranno con il metodo delle SERIE, con i migliori tempi di accredito inseriti nella 1^ serie e via via a scalare per le serie successive.
- I concorsi si svolgeranno a GRUPPI, composti in base alle misure di accredito, con le migliori prestazioni inserite nell’ultimo gruppo.

FINALI:

- Per le gare di 100m, 100Hs e 110Hs verranno disputate le finali con 6 finalisti che assegneranno i Titoli di Campione Regionale ASS F/M.
- Per le corse, ad esclusione dei 100m, 100Hs e 110Hs, si disputeranno solo le serie, senza finali.
- Per i concorsi Salto in Lungo e Triplo, Getto del Peso, Lancio del Disco, Martello e Giavellotto saranno ammessi alla Finale i primi 8 atleti della gara dopo le 3 prove di qualificazione.

ATTREZZI E DISTANZE: Per le gare si applicano le norme, attrezzi, misure ostacoli, progressioni salti e battute salti previste per la Categoria Seniores.

STAFFETTE: La conferma delle staffette, con composizione e ordine dei frazionisti ed eventuale accredito, dovrà essere comunicata al T.I.C. entro 60 minuti prima dell’orario previsto per la partenza della prima serie utilizzando l’apposito modulo di conferma, disponibile presso il T.I.C.

PETTORALI: per le gare del sabato dei 1500m, 3000 Siepi e Marcia 5000m e 10.000m e della domenica degli 800m, 5000m e 4x400m sarà necessario ritirare il pettorale presso il T.I.C.

N.B. Gli atleti F/M iscritti alla Marcia dovranno ritirare il pettorale e il dorsale da utilizzare per la gara.

REGOLAMENTO: Per le norme di partecipazione e per le norme tecniche specifiche si rimanda ai [Regolamenti Nazionali](#) pubblicati sul sito della FIDAL Nazionale (Pag. 32-35) e al [Regolamento Regionale Estivo](#) (Pag. 9)

PREMIAZIONI:

- Primi 3 Classificati/e F/M
- Prime 3 Staffette F/M
- Al 1° Classificato/a Maglia di Campione Regionale

N.B. In caso di vittorie multiple sarà consegnata una sola maglia di campione/essa regionale a giornata.

UTILITY:

- [CONTROLLO SCARPE](#)
- [MINIMI DI PARTECIPAZIONE AI CAMPIONATI ITALIANI OUTDOOR 2025](#)

MINIMI DI PARTECIPAZIONE

GARA	F	M	GARA	F	SM
100m	13.00	11.40	200m	26.50	22.90
400m	1:01.00	51.30	800m	2:25.00	1:59.00
1500m	5:00.00	4:10.00	5000m	19:10.00	16:20.00
100/110Hs	17.60	17.90	400Hs	1:09.45	1:01.50
3000 Siepi	13:20.00	10:40.00			
Asta	2.60	3.60	Alto	1.50	1.75
Lungo	5.20	6.40	Triplo	11.00	13.00
Peso	10.00	11.00	Martello	40.00	40.00
Giavellotto	31.00	40.00	Disco	31.00	31.00

N.B. Nella fase di iscrizione gli accrediti saranno acquisiti dal sistema sulla base dei risultati Outdoor ottenuti dal 2025. Qualora ci sia un accredito Indoor e Outdoor precedente al 2025 che rispetti i criteri di partecipazione indicati nella precedente tabella, sarà necessario indicarlo nelle note, sempre in fase di iscrizione per una valutazione da parte della Commissione Tecnica ed eventuale inserimento nella gara richiesta. Sul campo gara non sarà possibile modificare le serie/gruppi per un accredito non indicato.

PROGRAMMA TECNICO (FEMMINILE):

1a giornata: 100Hs* – 100m – 400m – 1500m – 3000 siepi (m 0,76) – Marcia 5000m – 4x100m
 Lungo – Asta
 Peso (4 kg) – Giavellotto (600 g)

2a giornata: 400Hs* - 200m – 800m – 5000m — 4x400m
 Triplo – Alto
 Disco (1 kg) – Martello (4 kg)

*m 100Hs: 10 ost.: h m 0,84 - distanze: m 13,00 - 9x m 8,50 - m 10,50

*m 400Hs: 10 ost.: h m 0,76 - distanze: m 45,00 - 9x m 35,00 - m 40,00

PROGRAMMA TECNICO (MASCHILE):

1a giornata: 110Hs* 100m – 400m – 1500m – 3000 siepi (m 0,91) – Marcia 10000m – 4x100m
 Lungo – Asta
 Peso (7,26 kg) – Giavellotto (800 g)

2a giornata: 400Hs* - 200m – 800m – 5000m – 4x400m
 Triplo – Alto
 Disco (2 kg) – Martello (7,26 kg)

*m 110Hs: 10 ost.: h m 1,06 - distanze: m 13,72 - 9x m 9,14 - m 14,02

* m 400Hs: 10 ost.: h m 0,91 - distanze: m 45,00 - 9x m 35,00 - m 40,00

ORARIO INDICATIVO PRIMA DELLA CHIUSURA ISCRIZIONI (1^ GIORNATA)

RITROVO GIURIE E CONCORRENTI: 12:00

ORARIO	CORSE	SALTI	LANCI
13:00	100Hs F	Asta F Lungo M	Giavellotto M
13:30	110Hs M		
14:00	100m F		Peso F
14:30	100m M		Giavellotto F
15:00	400m F		
15:30	400m M		Peso M
16:00	1500m F	Lungo F	
16:30	1500m M	Asta M	
17:00	110Hs Finale M		
17:10	100Hs Finale F		
17:20	100m Finale F		
17:30	100m Finale M		
17:40	3000St M		
18.00	3000St F		
18:30	4x100m F		
18:45	4x100m M		
19:00	Marcia 5000m F Marcia 10.000m M		

GLI ORARI DEFINITIVI SARANNO PUBBLICATI DOPO LA CHIUSURA ISCRIZIONI.

GLI ORARI POTRANNO SUBIRE VARIAZIONI PER ESIGENZE TECNICO/ORGANIZZATIVE.

I NUMERI DELLE SERIE/BATTERIE SARANNO DEFINITI SULLA BASE DEL NUMERO DEGLI ISCRITTI.