

CRL MEETING - BRONZE LOMBARDIA**DATA:** domenica 12 aprile 2026**LUOGO:** [Cairate \(VA\) - Centro Sportivo Comunale - VIA GIACOMO MATTEOTTI SNC - None](#)**ORGANIZZAZIONE:** ATL. CAIRATESE - 0331-811152**COMITATO:** FIDAL Com. Reg. LOMBARDIA**TIPO:** OUTDOOR**ORARIO GARE****Ultima modifica orario** venerdì 10 aprile 2026 11:32**domenica 12 aprile 2026**

Inizio Gara	Ingresso Call Room	FEMMINILE	MASCHILE	NOTE
14:00	13:45		110 hs <i>PM/SM</i>	110 HS P/S MASCHILI - 8 Atleti (2 Serie)
14:00			Triplo <i>Assoluto</i>	TRIPLO ASSOLUTI MASCHILI - 12 Atleti (Gruppo Unico)
14:00	13:30		Disco <i>AM</i>	DISCO KG 1,5 ALLIEVI - 15 Atleti (Gruppo Unico)
14:00	13:30	Peso <i>AF</i>		PESO KG 3 ALLIEVE - 10 Atlete (Gruppo Unico)
14:00	13:30	Peso <i>JF/PF/SF</i>		PESO KG 4 J/P/S FEMMINILE - 5 Atlete (Gruppo Unico)
14:10	13:55		110 hs <i>JM</i>	110 HS J MASCHILI - 8 Atleti (2 Serie)
14:20	14:05		110 hs <i>AM</i>	110 HS ALLIEVI - 8 Atleti (2 Serie)
14:30	13:50		Asta <i>Assoluto</i>	ASTA ASSOLUTI MASCHILI - 9 Atleti (Gruppo Unico) - Progressione = 2.30-2.50-2.70-2.80-2.90-3.00-3.10-3.20-3.30-3.40-3.50-3.60-3.70-3.80-3.90-4.00-4.10-4.20-4.25- poi +5 cm
14:35	14:20	100 hs <i>JF/PF/SF</i>		100 HS J/P/S FEMMINILI - 10 Atlete (2 Serie)
14:45	14:30	100 hs <i>AF</i>		100 HS ALLIEVE - 16 Atlete (3 Serie)
15:10	14:55	200m <i>Assoluto</i>		200 METRI ASSOLUTI FEMMINILI - 76 Atlete (13 Serie)
15:15	14:45		Disco <i>JM</i>	DISCO KG 1,75 J MASCHILI - 12 Atleti (Gruppo Unico)
15:20	14:50	Lungo <i>Assoluto</i>		LUNGO ASSOLUTI FEMMINILI - Gruppo 1 fino a 4.50 metri - 20/40 Atlete
15:40	15:10		Peso <i>AM</i>	PESO KG 5 ALLIEVI - 10 Atleti (Gruppo Unico)
15:50	15:35		200m <i>Assoluto</i>	200 METRI ASSOLUTI MASCHILI - 96 Atleti (16 Serie)
16:20	15:50		Disco <i>PM/SM</i>	DISCO KG 2 P/S MASCHILI - 15 Atleti (Gruppo Unico)
16:30	16:00	Alto <i>Assoluto</i>		ALTO ASSOLUTI FEMMINILI - 14 Atlete (Gruppo Unico) - Progressione = 1.30-1.40-1.45-1.50-1.53-1.56-1.59-1.62 poi +2 cm
16:40	16:10	Lungo <i>Assoluto</i>		LUNGO ASSOLUTI FEMMINILI - Gruppo 2 oltre 4.50 metri - 20/40 Atlete
17:00	16:45	800m <i>Assoluto</i>		800 METRI ASSOLUTI FEMMINILI - 41 Atlete (5 Serie)
17:00	16:30		Peso <i>JM</i>	PESO KG 6 J MASCHILE - 5 Atleti (Gruppo Unico)
17:00	16:30		Peso <i>PM/SM</i>	PESO KG 7.260 P/S MASCHILE - 5 Atleti (Gruppo Unico)
17:25	17:10		800m <i>Assoluto</i>	800 METRI ASSOLUTI MASCHILI - 53 Atleti (7 Serie)
17:35	17:05	Disco <i>Assoluto</i>		DISCO KG 1 ASSOLUTI FEMMINILI - Gruppo 1 fino a 31.83 metri - 15/29 Atlete
18:00	17:45	3000m <i>Assoluto</i>		3000 METRI ASSOLUTI FEMMINILI - 36 Atlete (2 Serie)
18:30	18:15		3000m <i>Assoluto</i>	3000 METRI ASSOLUTI MASCHILI - 85 Atleti (6 Serie)

Inizio Gara	Ingresso Call Room	FEMMINILE	MASCHILE	NOTE
18:50	18:20	Disco <i>Assoluto</i>		DISCO KG 1 ASSOLUTI FEMMINILI - Gruppo 2 oltre 31.83 metri - 15/29 Atlete

Su CallRoom trovi un orario sempre aggiornato: niente più indicativo o definitivo, ma uno solo da tenere d'occhio. Controlla l'ultima versione prima della gara.

Informazioni organizzative

TERMINE ISCRIZIONI: Entro Giovedì 09 Aprile ore 14:00

ISCRIZIONI TARDIVE: Entro Giovedì 09 Aprile ore 23:00 ([Google Form/Script – in caso di problemi usare la navigazione in incognito](#)). Ammenda di **10,00 € (ASSOLUTI/FISPES)** ([NORME REGIONALI - ISCRIZIONI ATLETI ALLE GARE Pag. 3](#))

PAGAMENTO: Bonifico a FIDAL LOMBARDIA

IBAN: IT24U0100501601000000140051

CAUSALE: "TARDIVA – CODICE SOCIETA' – N° ATLETI DA ISCRIVERE – DATA E NOME DELLA MANIFESTAZIONE"

NON SARANNO ACCETTATE ISCRIZIONI SUL CAMPO GARA.

TASSA ISCRIZIONE ATLETA GARA (LOMBARDIA): 4,00€ ASSOLUTI/FISPES: 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. ([NORME REGIONALI - ORGANIZZAZIONE GARE Pag. 13](#))

TASSA ISCRIZIONE ATLETA GARA (FUORI REGIONE): 8,00€ ASSOLUTI: per gli atleti di fuori regione sarà necessario procedere al pagamento della tassa di iscrizione alla gara con [bonifico](#) ([Google Form/Script – in caso di problemi usare la navigazione in incognito](#)). ([NORME REGIONALI - ORGANIZZAZIONE GARE Pag. 13](#))

PAGAMENTO: Bonifico a FIDAL LOMBARDIA

IBAN: IT24U0100501601000000140051

CAUSALE: "FUORI REGIONE – CODICE SOCIETA' – N° ATLETI ISCRITTI – DATA E NOME DELLA MANIFESTAZIONE"

CONFERME: gli atleti iscritti sono automaticamente confermati.

In caso di problemi con il Google Form/Script, contattare sigma.cpmilano@gmail.com

Informazioni tecniche

MINIMI DI PARTECIPAZIONE: Non sono previsti minimi.

REGOLAMENTO:

Ogni atleta potrà, a propria scelta, partecipare sino ad un massimo di due gare per ogni manifestazione, nel rispetto della norma che prevede "gli Atlete/i che partecipano ad una gara superiore od uguale ai 1000m possono prendere parte nello stesso giorno solare anche ad un'altra gara con esclusione delle gare superiori ai 400m.

Per le norme di partecipazione e per le norme tecniche specifiche si rimanda ai Regolamenti Nazionali pubblicati sul sito della FIDAL Nazionale

Qualora la manifestazione preveda la disputa della staffetta, ogni atleta potrà partecipare ad una gara individuale più la staffetta o a due gare individuali.

Gli atleti accreditati di un minimo di 5500 punti nel Decathlon e le atlete accreditate di un minimo di 3800 punti nell'Eptathlon nell'anno precedente o nella stagione in corso, possono partecipare a tre gare nel corso della stessa giornata.

Allievi e Junior M/F, ad eccezione delle gare con progressioni ed attrezzi di categoria diversi parteciperanno alle gare INSIEME agli Atleti delle Categorie P/S F/M

Nei concorsi (salti in estensione F/M e lanci F) vengono ammessi alle prove finali le 8 migliori prestazioni dopo la fase eliminatória. Dove non è prevista la gara specifica per la categoria Allieve/i, vengono ammessi alle prove finali le 8 migliori prestazioni con un minimo di **4 atleti lombardi della categoria allieve/i**. Se fra i finalisti di diritto non saranno presenti atleti lombardi della categoria allieve/i, essi saranno aggiunti agli 8 finalisti in base alla loro posizione in classifica dopo le prime 3 prove eliminatórie.

- Nel **salto in alto e asta** la progressione verrà stabilita dal Delegato Tecnico sulla base degli accrediti degli atleti iscritti e dovrà comprendere le misure necessarie per ottenere il minimo per la partecipazione ai vari Campionati Italiani di categoria.

- Nel **salto triplo**, per quanto riguarda la fase eliminatoria si possono suddividere i partecipanti in più gruppi omogenei per prestazione. Per quanto concerne i tre salti di finale tutti gli atleti salteranno, quando possibile, da un'unica distanza che sarà stabilita dall'Arbitro, sulla base delle misure ottenute nella fase eliminatoria dagli atleti finalisti.

- In tutte le Manifestazioni Regionali (di qualsiasi Categoria) - nelle gare di corsa che si effettuano a serie, la serie dei migliori tempi E' SEMPRE LA PRIMA.

- Gli Atlete/i delle categorie Senior/Master parteciperanno alle gare con gli attrezzi e distanze della categoria Seniores.

Qualora non precisato diversamente nel regolamento dello specifico meeting:

1) la composizione delle serie sarà stabilita dal Delegato Tecnico con il supporto del Responsabile Tecnico, ove nominato.

2) l'assegnazione delle corsie nelle gare di velocità fino ai 400m, sarà effettuata dal Delegato Tecnico in base alle opzioni di composizione a sorteggio disponibili in SIGMA (completamente casuale o a sorteggio per ogni coppia di corsie).

TUTTE LE MANIFESTAZIONI IN PISTA ASSOLUTE SARANNO OPEN AGLI ATLETI DELLE SOCIETA' NON LOMBARDE, SALVO DIVERSAMENTE SPECIFICATO NEL DISPOSITIVO DELL'EVENTO.

IL SETTORE TECNICO E LA COMMISSIONE CALENDARIO REGIONALE SI RISERVANO IN OGNI CASO LA FACOLTA' DI POTER ESCLUDERE EVENTUALI ISCRIZIONI ONLINE EFFETTUATE, A CAUSA DELLA PRESENZA DI UN ELEVATO NUMERO DI RICHIESTE CHE POTREBBE RENDERE ECCESSIVAMENTE DIFFICOLTOSO LO SVOLGIMENTO DELL'EVENTO.

In assenza di gruppi: consegna degli attrezzi entro e non oltre 60 minuti prima dell'orario ufficiale di inizio della gara/categoria.

In presenza di gruppi: consegna degli attrezzi entro e non oltre 60 minuti prima dell'orario ufficiale di inizio del gruppo di appartenenza.

Non sarà consentito l'utilizzo in gara di attrezzi personali non regolarmente consegnati e verificati nei tempi previsti.

Sarà predisposta un'area di riscaldamento in sintetico. E' severamente vietato l'uso di scarpe chiodate in area di riscaldamento. Per le sole gare di ostacoli (M ed F) è permesso il riscaldamento nel controttilineo (dotato di ostacoli). L'ingresso in campo dei tecnici è permesso solamente per le gare di salto in alto e asta, previa ritiro in segreteria del pass tecnico. L'ingresso in campo degli atleti è permesso tramite il passaggio in CALL ROOM predisposta in zona partenza dei 200 metri e facilmente raggiungibile dall'area di riscaldamento. Sono predisposti 2 spogliatoi (uno M ed uno F) adiacenti all'area di riscaldamento a disposizione degli atleti.