

1° Grand Prix “Giovani in Corsa”

Il comitato provinciale FIDAL Ragusa indice e la Libertas Running Modica organizza il 1° Trofeo “Corri-Salta-Lancia” 2014

Alla manifestazione potranno partecipare tutti gli atleti regolarmente tesserati FIDAL per la stagione 2014 appartenenti alle seguenti categorie:

- Esordienti C M/F 2007-08;
- Esordienti B M/F 2005-06;
- Esordienti A M/F 2003-04;
- Ragazzi/e 2001-02;
- Cadetti/e 1999-2000;

Il trofeo comprende le seguenti manifestazioni:

- | | | | |
|-------------|--------------|--------|---|
| 1. Domenica | 23 Febbraio | Modica | Camp. Prov. Giovanili di corsa campestre; |
| 2. Sabato | 05 Aprile | Modica | Camp. Prov. Giovanili Staffette su pista; |
| 3. Martedì | 15 Aprile | Ragusa | Camp. Prov. Giovanili Prove Multiple; |
| 4. Martedì | 06 Maggio | Ragusa | Camp. Prov. Giovanili a squadra su pista 1^fase; |
| 5. Martedì | 27 Maggio | Ragusa | Camp. Prov. Giovanili a squadra su pista 2^fase; |
| 6. Sabato | 28 Giugno | Ispica | Camp. Prov. Giovanili a squadra di corsa su strada; |
| 7. Sabato | 02 Agosto | Acate | Camp. Prov. Giovanili individuali di corsa su strada; |
| 8. Sabato | 06 Settembre | Ragusa | Camp. Prov. Giovanili individuali su pista; |
| 9. Domenica | 21 dicembre | Modica | Camp. Prov. Giovanili a staffetta su strada; |

CLASSIFICA: ai fini della classifica finale in ogni prova verranno assegnati 30 punti al primo, 28 punti al secondo, 26 punti al terzo, 24 punti al quarto e poi a scalare fino ad arrivare a punti 2 al decimo, dal decimo in poi tutti avranno 2 punti. Per la classifica finale si sommeranno i punti di sei prove, verrà escluso il punteggio più basso e le due gare a staffetta. Ci sarà un bonus di punti 10 all'atleta che parteciperà a tutte le prove (compreso la staffetta di giorno 5 aprile). Tutti gli aggiornamenti e classifiche verranno messe su una pagina dedicata su Facebook

PREMIAZIONE: verranno premiati per ogni singola prova i primi tre classificati di ogni categoria mentre per la classifica finale di Grand Prix i primi cinque di ogni categoria. Più la prima società maschile e la prima società femminile. Per la classifica per società si sommeranno i migliori due punteggi di tutte e cinque le categorie (Eso A-B-C Rag.e/i Cad.e/i).

ISCRIZIONE: per ogni manifestazione verrà reso debitamente divulgato il regolamento, la quota iscrizione per ogni atleta è di € 2,50 (non potrà essere maggiorata).

INFORMAZIONI: per informazioni chiamare Salvatore Pisana 3408157445 oppure scrivere a salvatoregroia@yahoo.it

Camp. Prov. Giovanili di corsa campestre
05 aprile 2014 Modica

Mt. 200 Esordienti B- C;
Mt. 500 Esordienti A ;
Mt.1000 Ragazzi/e ;
Mt. 1500 Cadette ;
Mt. 2000 Cadetti ;

Camp. Prov. Giovanili Staffette
05 aprile 2014 Modica

Esordienti B- C: 4x50mt. (anche mista) partenza dai mt.200
Esordienti A: 4x50mt. (anche mista) partenza dai mt.200
Ragazzi/e: 3x800
Cadetti/e: 3x1000

Camp. Prov. Giovanili di Prove Multiple
15 aprile 2014 Ragusa

Esordienti A-B- C:

- m. 50 piani (con partenza in piedi)
- salto in lungo (con battuta libera in area delimitata di 1 m. x 1 m.)

Ragazzi/e: Triathlon: mt. 60 – Salto in lungo – Peso kg.2

Cadetti/e : Pentathlon: mt.80 – Salto in lungo – Peso (kg.3F –kg.4M) – Giavell. (gr.400F-gr.600M) – mt.600

n.b. in tutti i concorsi (salti e lanci) sono previste solo due prove

Camp. Prov. Giovanili a squadra su pista 1^fase
06 maggio 2014 Ragusa

Esordienti A-B- C:

- m. 50 ostacoli (con partenza in piedi) (5 hs da cm. 50 –distanze:12,00-7,00-10,00)
- salto in alto
- marcia m.1000

Ragazzi/e:

- m. 60hs (6 ostacoli, h.0,60, distanze m.12,00 -5 x m.7,50-m. 10,50)
- salto in alto
- marcia m.2000

Cadetti/e :

- Femminili mt. 80hs (8 ostacoli, h.0,76, distanze m.13,00 -7 x m.8,00-m. 11,00)
- Machili mt.100hs (10 ostacoli, h.0,84, distanze m.13,00 -9 x m.8,50-m. 10,50)
- salto in alto
- marcia km 3 cadette – marcia km 5 cadetti
- mt.1200 siepi (10 barriere h. 0,76, prima barriera dopo circa m. 180 e 9 barriere in corrispondenza degli standard markings, senza riviera.)

n.b. in tutti i concorsi (salti e lanci) sono previste solo due prove

Camp. Prov. Giovanili a squadra su pista 2^fase
27 maggio 2014 Ragusa

Esordienti A- B- C:

- m. 50 piani (con partenza in piedi)
- lancio del Vortex
- salto in lungo (con battuta libera in area delimitata di 1 m. x 1 m.)

Ragazzi/e:

- mt.60
- lancio del Vortex
- salto in lungo
- mt.1000

Cadetti/e:

- mt.80
- martello (kg.3F -kg.4 M)
- salto in lungo
- mt.300hs (7 ostacoli, h. 0,76, distanze m. 50 -6 x m.35 -m.40)
- mt.1000

n.b. in tutti i concorsi (salti e lanci) sono previste solo due prove

Camp. Prov. Giovanili di corsa su strada a squadra
28 giugno 2014 Ispica

Mt. 200 Esordienti B- C;
Mt. 500 Esordienti A ;
Mt.1000 Ragazzi/e ;
Mt. 1500 Cadette ;
Mt. 2000 Cadetti ;

Camp. Prov. Giovanili di corsa su strada individuale
02 agosto 2014 Acate

Mt. 200 Esordienti B- C;
Mt. 500 Esordienti A ;
Mt.1000 Ragazzi/e ;
Mt. 1500 Cadette ;
Mt. 2000 Cadetti ;

Camp. Prov. Giovanili individuali su pista
06 settembre 2014 Ragusa

Esordienti A- B- C:

- m. 50 piani (con partenza in piedi)
- salto in lungo (con battuta libera in area delimitata di 1 m. x 1 m.)
- marcia km 1

Ragazzi/e:

- mt.60
- Peso kg.2
- salto in lungo
- marcia km 2
- mt.1000

Cadetti/e:

- mt.80
- Peso (kg.3F -kg.4M) - Martello (kg.3F -kg.4 M)
- salto in lungo
- marcia km 3 cadette – marcia km 5 cadetti
- mt.1200 siepi (10 barriere h. 0,76, prima barriera dopo circa m. 180 e 9 barriere in corrispondenza degli standard markings, senza riviera.)
- mt.2000

n.b. in tutti i concorsi (salti e lanci) sono previste solo due prove

Camp. Prov. Giovanili Staffette
21 dicembre 2014 Modica

5 x

mt.100 Esordienti C

mt. 200 Esordienti B

mt. 300 Esordienti A

mt.1000 Ragazzi/e:

mt.1000 Cadetti/e:

n.b. ogni squadra dovrà essere formata da un atleta per categoria, le squadre possono essere anche miste