

STAFFETTE DI CROSS... PER TUTTI – CAMPIONATO PROVINCIALE FIDAL MILANO 2018

La manifestazione si svolgerà in prova unica a MAGNAGO (MI) domenica 15 dicembre 2018 (ritrovo via Montale) e sarà divisa in quattro sezioni: Promozionale, Giovanile, Assoluto e Master 35 e oltre.

Norme di partecipazione Ogni Società milanese regolarmente affiliata alla FIDAL nel 2018 può partecipare con un numero illimitato di staffette formate da atleti italiani, stranieri comunitari o equiparati (punto 4.2 Disposizioni Generali), nessun atleta può essere schierato in più di una staffetta.

Programma Tecnico

Promozionale ESORDIENTI maschile, femminile o miste

ESO C (2011-2012): mt. 400 x 3 frazionisti

ESO B (2010-2009): mt. 400 x 3 frazionisti

ESO A (2008-2007): mt. 600 x 3 frazionisti

Categorie GIOVANILI maschile e femminile

Ragazzi F/M: mt. 800 x 3 frazionisti

Cadetti F/M: mt. 1000 x 3 frazionisti

ASSOLUTO maschile e femminile: 7.50 km in tre frazioni di Km 2.5

Composizione: 1° Allievo/a - 2° Junior o Promessa – 3° Senior (obbligatorio un allievo/a)

MASTER 35 E OLTRE maschile e femminile: 7.50 km in tre frazioni di Km 2.5

Ciascuna staffetta può essere composta da atleti appartenenti a diverse categorie di età. La categoria della staffetta sarà determinata al momento della conferma iscrizioni secondo il seguente criterio: la categoria è determinata dalla media dell'età dei componenti della staffetta.

Esempio: atleti di 46 anni + 35 + 51 = 132: 3 = 44 (categoria M45)

Nella gara Master possono partecipare anche staffette MISTE che però non concorrono alla classifica finale.

NOTE TECNICHE

Tracciato di gara: Giro di 2.5 km che coincide con la distanza di ciascuna frazione.

Zona Cambio: sotto le tribune, indicativamente di 40 metri, delimitata da due linee con al centro la linea del rilevamento cronometrico. Il cambio avviene mediante contatto diretto tra i due frazionisti.

PREMIAZIONI: Medaglia a tutti i partecipanti delle categorie ESORDIENTI

Coppa e maglia di Campione provinciale alle staffette vincitrici delle categorie RAG-CAD-ASS m/f. Medaglie dalla seconda alla sesta staffetta classificata m/f

Senior Master 35 e oltre: maglia della manifestazione e coppa alle staffette vincitrici di categoria

ORARIO GARE (INDICATIVO):

9:30: Senior Master 35+ m/f

10:30 Assoluti m/f

11:00 Ragazzi/e

11:30 Cadetti/e

12:00 Esordienti A - segue B - segue C

RICCO RINFRESCO e ALTRI PREMI