

# PRIMA PROVA GRAND PRIX PROVINCIALE IBLEO 2010

RAGUSA 21-05-2010

## REGOLAMENTO

L'ASD RUNNING MODICA organizza la prima prova del grand prix provinciale degli ibeli 2010

Sono ammesse a partecipare tutte le associazioni sportive dilettantistiche regolarmente affiliate al settore assoluto della FIDAL per la stagione 2010

Per quanto non contemplato ci si rifà al regolamento FIDAL nazionale  
il programma tecnico prevede lo svolgimento delle seguenti gare:

- Esor. M/F mt.50
- Rag M/f mt.60
- Cad. M/F mt.80
- All-Jun-Sen M/F mt.100 – mt. 3000

RADUNO ORE 17,30

ORE. 18 GARE GIOVANILI

ORE 18,30 PRIMA SERIE MT.3000

ORE 18,50 SECONDA SERIE MT.3000

ORE 19,15 TERZA SERIE MT. 3000

ORE 19,35 QUARTA SERIE MT. 3000

ORE 20.00 PREMIAZIONE – TERZO TEMPO

ogni società può partecipare con un numero illimitato di atleti/e. ogni atleta può partecipare anche a due gare ad esclusione di coloro che partecipano alle gare dei mt.1500 in poi che possono disputare solo una gara.

Raduno presso la pista d'atletica sita nel campo sportivo "Petrulli" di Ragusa

saranno formate 4 serie di mt.3000, ogni serie non potrà avere più di 25 partecipanti. le serie saranno formate in base alle indicazioni fatte in sede di iscrizione

1^ serie: con atleti che intendono correre la distanza dei mt.3000 da 13'30" in sù ( 4'30" al km);

2^ serie: con atleti che intendono correre la distanza dei mt.3000 da meno di 12' a 13'29" ( cioè da 3'50" a 4'29" al km);

3^ serie: con atleti che intendono correre la distanza dei mt.3000 da meno di 10'50 a 11'59" ( cioè da 3'35" a 3'49" al km);

4^ serie: con atleti che intendono correre la distanza dei mt.3000 da meno di 10'50 ( cioè meno di 3'35" al km);

N.B le serie possono variare in base al numero di partecipanti e ai tempi di iscrizione.

ISCRIZIONI :Per la buona riuscita della manifestazione è bene effettuare le iscrizioni entro e non oltre mercoledì 19 maggio ore 22.00 all'indirizzo mail [salvatoregroia@yahoo.it](mailto:salvatoregroia@yahoo.it) la tassa gara è di € 5,00 per la gara del grand prix e di € 2,00 per le gare giovanili.

TERZO TEMPO al termine della manifestazione saranno premiati i primi 3 di ogni categoria come da regolamento generale, ed in seguito piccolo buffet

L'A.S.D. Running Modica declina ogni responsabilità per quanto possa accadere a persone o cose prima durante e dopo la manifestazione

A.S.D. Running Modica