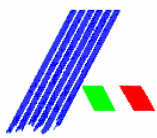


FEDERAZIONE ITALIANA



DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Provinciale di Milano

[www.fidalmilano.it](http://www.fidalmilano.it)



## CALENDARIO GARE 2010

GRAN PREMIO FIDALMILANO IN PISTA  
CATEGORIA RAGAZZE/I E CADETTE/I

CAMPIONATI PROVINCIALI INDIVIDUALI IN PISTA  
CAT. ESORDIENTI - RAGAZZI - CADETTI - ALLIEVI  
JUNIOR - PROMESSE - SENIOR - MASTER F/M

CONVEGNO DI AGGIORNAMENTO PER ISTRUTTORI  
DI ATLETICA LEGGERA E INSEGNANTI ED.FISICA

TROFEO DELLE PROVINCE CATEGORIA RAGAZZE/I

GRAN PREMIO MILANO TRIATHLON RAGAZZE/I

CAMPIONATO DI SOCIETA' DI CORSA  
SU STRADA E PISTA MASTERS / AMATORI F/M



## CONSIGLIO FIDALMILANO

Presidente: SABRINA FRACCAROLI 347 3090759 presidente@fidalmilano.it  
sfraccaroli@hotmail.com

Vice Presidente: CESARE BRAMBILLA 339 8402374

Segretaria: PAOLA DE MARCO 347 2513913 paolademarco24@yahoo.it

Vice Segretaria: ADELE BRERA 348 3949576 segreteria@fidalmilano.it

### Consiglieri:

ROBERTO AMBROSONI 349 0546152 ambrosonir@italy.otis.com

MASSIMILIANO DENTALI 339 4049219 massimiliano.dentali@yahoo.it

PAOLO GALIMBERTI 333 2814112 paolo.galimberti68@alice.it

ANTONELLA MEREGALLI 349 8717566 amere65@libero.it

Fiduciario Tecnico: PIERO PEREGO 3392006085 coachpieroperego@tiscali.it

Fiduciario Medico: ELIANA CARDELLA 3383432952

## GRUPPO GIUDICI GARA

Fiduciario GGG: PERANI VANNI Vice Fiduciario: CORRADINI MILENA

Segretario: PARZINI GIORGIO Responsabile convocazioni: CERIANI CARLA

Responsabile statistiche: CRIPPA FRANCESCO

## ORARI APERTURA COMITATO

Viale Repubblica Cisalpina, 1 - 20154 MILANO - Arena Civica "G. Brera"

tel 02.33605803 fax 02.34535111 segreteria@fidalmilano.it

segreteria: da martedì a venerdì dalle 14.00 alle 18.00

Gruppo Giudici Gara: lunedì 20.30/22.30 - tel 02.34535905 - mail: giudici@fidalmilano.it

## CATEGORIE MASCHILI E FEMMINILI

Eso C nati 04/03 - Eso B 02/01 - Eso A 00/99 - Ragazzi nati 98/97 - Cadetti nati 96/95

Allievi nati 94/93 - Juniores nati 92/91 - Promesse 90/88 - Seniores 87 e precedenti

Masters nati 1975 e precedenti - Amatori nati 76/87

## RICHIESTA ORGANIZZAZIONE GARE

PER ORGANIZZAZIONE GARE PROVINCIALI DAL 01/01/11 AL 31/03/11 :

RICHIESTA SCRITTA AL COMITATO PROVINCIALE ENTRO IL 15/10/2010

PER ORGANIZZAZIONE GARE PROVINCIALI DAL 01/04/11 AL 31/12/11 :

RICHIESTA SCRITTA AL COMITATO PROVINCIALE ENTRO IL 15/01/2011

MODULISTICA RICHIESTA GARE A PAG. 17

## PARTECIPAZIONE ALLE GARE

Tutte le manifestazioni federali giovanili sono aperte agli atleti tesserati FIDAL, agli alunni delle Scuole aderenti ai Giochi Sportivi Studenteschi ed ai tesserati per Enti di Promozione Sportiva in regola con quanto disposto dalla normativa sulla TUTELA SANITARIA DELLE ATTIVITA' SPORTIVE della Regione Lombardia. (Art. 5 - D.M. 18/02/1982)

## QUOTE ISCRIZIONE GARE

Esordienti A - B - C: nessuna quota - Ragazzi/e Cadetti/e: € 0,50 per manifestazione

All - Jun - Pro - Sen - Mas - Am : € 1,00 per gara - Staffette: 2,00 € per staffetta

## GARE ESORDIENTI A

50 p - 50 hs - 600 - lungo (battuta libera di 1 m. x 1 m. distante dalla buca 0,50 m. )  
alto - vortex - peso kg 1 - palla disco 400 gr - staff. 4 x 50 - triathlon - marcia 1,2km  
Gli Eso A possono partecipare a due gare oltre la staffetta in ogni manifestazione.  
Ai Campionati Provinciali Individuali gli atleti/e potranno partecipare ad una sola gara.

## GARE ESORDIENTI B e C

50 p (crono manuale) - pallina - staffetta 4 x 50 - circuito giocattolica  
giro pista corri/marcia no crono (100 m corri e 100 m marcia x 1 giro di pista)  
Gli Eso B - C possono partecipare a due gare oltre la staffetta in ogni manifestazione.

## GRAN PREMIO FIDALMILANO CATEGORIA RAGAZZE/I

FIDALMILANO indice il Gran Premio Milano per la categoria Ragazze/i.  
Ogni Società potrà partecipare con un numero illimitato di atlete/i che acquisiranno punteggio a tabella FIDAL in ognuna delle gare cui prenderanno parte. Per ogni giornata di gara verrà stilata una classifica che terrà conto di tutti i risultati validi e saranno attribuiti 50 punti alla prima Società scalando di due punti sino all'ultima. Ogni atleta potrà partecipare a due gare nella stessa manifestazione. Il cronometraggio per le gare dei m. 600 - 1000 - 2000 sarà manuale. Saranno premiate le prime sei Società femminili e maschili.

## GRAN PREMIO FIDALMILANO CATEGORIA CADETTE/I

FIDALMILANO indice il Gran Premio Milano per la categoria Cadette/i.  
Ogni Società potrà partecipare con un numero illimitato di atlete/i che acquisiranno punteggio a tabella FIDAL in ognuna delle gare cui prenderanno parte. Per ogni giornata di gara verrà stilata una classifica che terrà conto di tutti i risultati validi e saranno attribuiti 50 punti alla prima Società scalando di due punti sino all'ultima. Ogni atleta potrà partecipare a due gare nella stessa manifestazione. Il cronometraggio per le gare dei m. 600 - 1000 - 2000 sarà manuale. Saranno premiate le prime sei Società femminili e maschili.

## GARE IN PROGRAMMA

dom 28 marzo MILANO SAINI - dom 11 aprile CORNATE D'ADDA - dom 18 aprile ASSAGO  
gio 22 aprile CERNUSCO SN - sab 8 maggio BRUGHERIO - sab 15 maggio BESANA BRIANZA  
domenica 19 settembre ASSAGO

## C. D. S. DI CORSA SU STRADA E PISTA MASTERS E AMATORI F/M

FIDALMILANO indice il Campionato di Società di corsa su strada e pista per le categorie Masters e Amatori f/m. Ad ogni prova saranno assegnati al primo classificato tanti punti quanti il numero dei classificati masters e amatori scalando di un punto sino all'ultimo concorrente cui sarà assegnato un punto. Saranno premiate le prime tre Società classificate Master femminili e maschili e le prime tre Società Amatori femminili e maschili.

## GRAN PREMIO MILANO TRIATHLON RAGAZZE/I

FIDALMILANO indice il Gran Premio Milano Triathlon Ragazze/i  
Ogni Società potrà partecipare con un numero illimitato di atlete/i che acquisiranno punteggio a tabella FIDAL in ognuna delle gare cui prenderanno parte. Gli atleti che non terminano il TRIATHLON non saranno inseriti nella classifica di quella manifestazione. La classifica finale sarà composta dagli Atleti che avranno preso parte ad almeno quattro manifestazioni sulle cinque in programma :  
28/03 MILANO SAINI - 16/5 BOVISIO MA. - 10/6 MI.GIURIATI - 2/10 CARUGATE - 10/10 ASSAGO  
Saranno premiate le prime tre Società femminili e maschili.


**FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA**  
**Comitato Provinciale di Milano**

**ELENCO E SEDI DELLE MANIFESTAZIONI SU PISTA FIDALMILANO 2010**

1^ PROVA GRAN PREMIO FIDALMILANO	domenica 28 marzo - MILANO SAINI
2^ PROVA GRAN PREMIO FIDALMILANO	domenica 11 aprile - CORNATE D'ADDA
CAMPIONATI PROVINCIALI STAFFETTE	sabato 17 aprile - CESANO MADERNO
14^ JUNIOR DAY - 2° MIGLIO DI PRIMAVERA	sabato 17 aprile - MILANO ARENA
3^ PROVA GRAN PREMIO FIDALMILANO	domenica 18 aprile - ASSAGO
RIUNIONE PROVINCIALE ESO A - B - C	domenica 18 aprile - GARBAGNATE
METRI 5000 - TUTTI IN PISTA	mercoledì 21 aprile - MILANO ARENA
4^ PROVA GRAN PREMIO FIDALMILANO	giovedì 22 aprile - CERNUSCO S. N.
CAMPIONATI PROVINCIALI ESORDIENTI A	sabato 24 aprile - BESANA BRIANZA
13° MEETING DELLA LIBERAZIONE	domenica 25 aprile - NOVA MILANESE
CAMPIONATI PROVINCIALI CADETTI	domenica 2 maggio - LODI
METRI 5000 - TUTTI IN PISTA	mercoledì 5 maggio - PADERNO DUGNANO
5^ PROVA GRAN PREMIO FIDALMILANO	sabato 8 maggio - BRUGHERIO
RIUNIONE PROVINCIALE ESORDIENTI B - C	domenica 9 maggio - COGLIATE
RIUNIONE PROVINCIALE ESORDIENTI B - C	mercoledì 12 maggio - CERNUSCO S. N.
6 ^ PROVA GRAN PREMIO FIDALMILANO	sabato 15 maggio - BESANA BRIANZA
RIUNIONE PROVINCIALE GIOVANILE	sabato 16 maggio - BOVISIO MASCIAGO
METRI 5000 - TUTTI IN PISTA	mercoledì 19 maggio - SENAGO
RIUNIONE PROVINCIALE ESORDIENTI	giovedì 20 maggio - MILANO GIURIATI
10° TROFEO LINO BRAMBILLA	sabato 22 maggio - CONCOREZZO
CAMPIONATI PROVINCIALI RAGAZZI	domenica 23 maggio - ASSAGO
<b>INOLTRO CLASSIFICHE C.D.S. RAGAZZE/RAGAZZI - FASE PROVINCIALE - lunedì 24 maggio</b>	
RIUNIONE PROVINCIALE ESORDIENTI A - B - C	domenica 30 maggio - CARUGATE
7° MEETING GIOVANILE "FESTA DELLA REPUBBLICA"	domenica 30 maggio - NOVA MILANESE
SERATA ARENA - RIUNIONE PROVINCIALE OPEN	giovedì 3 giugno - MILANO ARENA
METRI 5000 - TUTTI IN PISTA	giovedì 3 giugno - BESANA BRIANZA
METRI 5000 - TUTTI IN PISTA	mercoledì 9 giugno - CINISELLO B.
RIUNIONE PROVINCIALE RAGAZZI CADETTI	giovedì 10 giugno - MILANO GIURIATI
SERATA ARENA	mercoledì 16 giugno - MILANO ARENA
TROFEO DEI LAGHI	domenica 20 giugno - MARIANO COM.
METRI 5000 - TUTTI IN PISTA	mercoledì 7 luglio - BRUGHERIO
<b>INOLTRO CLASSIFICHE C. D. S. CADETTE/I - FASE PROVINCIALE - lunedì 19 luglio</b>	
CAMP. PROV. ASSOLUTI FIDALMILANO	sab. 11/dom. 12 settembre - MILANO ARENA
RIUNIONE PROVINCIALE CADETTE/I	domenica 12 settembre - MILANO ARENA
20° MIGLIO AMBROSIANO	domenica 12 settembre - ASSAGO
MEMORIAL ZANCAN - BOTTALICO	mercoledì 15 settembre - MILANO ARENA
7^ PROVA GRAN PREMIO FIDALMILANO	domenica 19 settembre - ASSAGO
CAMP. PROVINCIALE TRIATHLON RAGAZZE/I	sabato 2 ottobre - CARUGATE
CAMP. PROVINCIALE PENTATHLON CADETTE/I	domenica 3 ottobre - NOVATE MIL.
CAMP. PROVINCIALI MASTER FIDALMILANO	sab. 9/dom. 10 ottobre - MILANO ARENA
RAGAZZE/I TRIATHLON - CADETTE/I TETRATHLON	domenica 10 ottobre - ASSAGO
TROFEO DELLE PROVINCE	dom. 17 ottobre - MILANO ARENA

## m a r z o

pista - domenica 28 marzo - MILANO - Centro Sportivo SAINI - Via Corelli

### 1^ PROVA GRAN PREMIO FIDALMILANO

ore 14.00 ritrovo GGG e concorrenti - 14.30 chiusura iscrizioni - 15.00 inizio gare

TRIATHLON RAGAZZE/I : 150p - peso - vortex

Categoria CADETTE/I : peso - disco - giavellotto - martello

Nel corso della manifestazione lanci prova palladisco per ESO A gr 400 e RAG gr 600/1kg

ore 14.00 ritrovo "Progetto MarciAmo" (regolamento a pag. 15/16)

*Org. FIDALMILANO - R.T. Piero Perego - Resp. Org. Cesare Brambilla*

## a p r i l e

pista - domenica 11 aprile - CORNATE D'ADDA - Centro Sportivo Via Dante

### 2^ PROVA GRAN PREMIO FIDALMILANO

Categoria RAGAZZE/I

ore 9.00 ritrovo GGG e concorrenti - 9.30 chiusura iscrizioni - 10.00 inizio gare  
60p - 60hs - 1000 - alto - lungo (f/m due pedane) - vortex (f/m due pedane) - peso - 4 x 100

Categoria CADETTE/I

ore 14.00 ritrovo GGG e concorrenti - 14.30 chiusura iscrizioni - 15.00 inizio gare  
80 piani - 300 - 1000 - lungo - alto - disco - martello - 4 x 100

*Org. FIDALMILANO - R.T. PIERO PEREGO - Resp.Org. CESARE BRAMBILLA*

pista - domenica 11 aprile - CINISELLO BALSAMO - Centro Sportivo Via Cilea

Categoria ESO A - RAGAZZE/I - CADETTE/I - ALLIEVE/I

### MANIFESTAZIONE AD INVITI

ore 14.00 ritrovo GGG e concorrenti - 14.30 chiusura iscrizioni - 15.00 inizio gare

*Org. RICCARDI CAMELOT*

pista - sabato 17 aprile - CESANO MADERNO - Centro Sportivo Comunale Via Po

### CAMPIONATI PROVINCIALI STAFFETTE

RAGAZZE/I - CADETTE/I - ALLIEVE/I - JUN/PRO/SEN f/m

ore 14.30 ritrovo GGG e concorrenti - 15.00 chiusura iscrizioni - 15.30 inizio gare

Ragazze : 4x100 batterie/finale                      3x800 serie

Ragazzi : 4x100 batterie/finale                      3x800 serie

Cadette : 4x100 batterie/finale                      3x1000 serie

Cadetti : 4x100 batterie/finale                      3x1000 serie

Allieve : 4x100 batterie/finale                      4x400 serie

Allievi : 4x100 batterie/finale                      4x400 serie

J/P/S f/m : 4x100 batterie/finale                      4x400 serie

**OGNI ATLETA POTRA' PARTECIPARE AD UNA STAFFETTA**

*Org. FIDALMILANO - ATLETICA CESANO MADERNO MI063*

*Resp.Org. LUCA CAFFU' 3358254452*

pista - sabato 17 aprile - MILANO - Arena Civica "G. Brera"  
**14^ JUNIOR DAY - 2° MIGLIO DI PRIMAVERA**  
ALL - JUN - PRO - SEN - MAS - AMA f/m  
Ore 14.30 ritrovo GGG e concorrenti - 15.00 chiusura iscrizioni - 15.15 inizio gare  
Cadette/i 3/4 di miglio - Ragazze/i 1/2 miglio - Eso A 1/4 di miglio  
Eso B 1/8 di miglio - Eso C 1/8 di miglio - Nati anni 2005 e seguenti 1/16 di miglio  
ore 15.15 ritrovo GGG e concorrenti - 16.00 chiusura iscrizioni - 16.15 inizio gare  
Org. A.S.D. ISOLA MILANO MI213 - Resp. Org. PAOLO BELLEI 3294783200

pista - domenica 18 aprile - ASSAGO - Centro Sportivo Via Di Vittorio  
**3^ PROVA GRAN PREMIO FIDALMILANO**  
ore 9.00 ritrovo GGG e concorrenti - 9.30 chiusura iscrizioni - 10.00 inizio gare  
RAGAZZE/I marcia km 2 - 60 hs - 60 piani - 1000 - lungo m - vortex f  
CADETTE/I marcia km 3f/4m - 80 hs - 100 hs - 300hs - 2000 - alto - lungo - peso - giavellotto  
Org. ATLETICA ASSAGO MI279 - Resp. Org. NICOLA SAMOTRACE 3921613641

pista - domenica 18 aprile - GARBAGNATE - Centro Sportivo Via Monte Nero  
**RIUNIONE PROVINCIALE ESO A - B - C**  
ore 14.00 ritrovo GGG e concorrenti - 15.00 inizio gare  
ESO A 50 p - 600 - lungo (due pedane) - vortex (due pedane) - staffetta 4 x 50 mista  
ESO B - C 50 p - pallina - staffetta 4 x 50 mista - giro pista corri/marcia no crono  
Org. AZZURRA GARBAGNATE MI311 - Resp. org. DOMENICO ORLANDO 3333183562

pista - mercoledì 21 aprile - MILANO - Arena Civica "G. Brera"  
**METRI 5000 - TUTTI IN PISTA - JUN/PRO/SEN/MAS/AMA/E.P.S f/m**  
ore 19.00 ritrovo GGG e concorrenti - 19.30 chiusura iscrizioni - ore 20.00 inizio gare  
1^ prova C.D.S CORSA MASTER e AMATORI FIDALMILANO  
Org. ATLETICA AMBROSIANA MI189 - Resp. org. ETTORE BROLO 3476099358

pista - giovedì 22 aprile - CERNUSCO S. N. - Centro Sportivo Via M. Buonarroti  
**4^ PROVA GRAN PREMIO FIDALMILANO**  
ore 18.00 ritrovo GGG e concorrenti - 18.30 chiusura iscrizioni - 19.00 inizio gare  
RAGAZZE/I 60 - 1000 - peso - alto CADETTE/I 80 - 300hs - 1000 - triplo - asta - disco  
Cad/All/Jun/Pro/Sen f/m 150m piani - 300m piani  
Org. ATLETICA CERNUSCO MI069 - Resp. Org. AMBROSONI ROBERTO 3490546152

pista - sabato 24 aprile - BESANA BRIANZA - Centro Sportivo Via De Gasperi  
Località Villa Raverio  
**CAMPIONATI PROVINCIALI ESORDIENTI A**  
ore 14.30 ritrovo GGG e concorrenti - 15.00 chiusura iscrizioni - 15.30 inizio gare  
marcia km 1,2 - 50p - 50hs - 600 - lungo - alto - vortex - peso 1 kg - staffetta 4 x 50  
OGNI ATLETA PUO' PARTECIPARE AD UNA SOLA GARA + STAFFETTA  
Org. FIDALMILANO e POL. BESANESE MI098 - Resp. org. DANIELE MACONI 3497709630

pista - domenica 25 aprile - NOVA MILANESE - Centro Sportivo Via Brodolini  
**13° MEETING DELLA LIBERAZIONE - MEMORIAL PAOLO MAGGIONI**

RAGAZZE/I ore 9.30 chiusura iscrizioni - ore 10.00 inizio gare

CADETTE/I ore 15.00 chiusura iscrizioni - ore 15.30 inizio gare

**GARA REGIONALE - VEDI PROGRAMMA SPECIFICO**

Org. *NUOVA ATLETICA 87 MI376* - Resp. org. LUCIANO BAGOLI 3384798759

## m a g g i o

strada - sabato 1 maggio - BESANA BRIANZA - Centro Sportivo Via De Gasperi  
**BRIANZA DOUBLE CLASSIC**

Gara podistica competitiva a cronometro a coppie su strada di km. 18,270

Ore 8.00 ritrovo GGG e concorrenti - ore 9.00 partenza prima coppia

Iscrizioni: [iscrizioni@polisportivabesanese.it](mailto:iscrizioni@polisportivabesanese.it) - Fax 0362942083 - Claudio Leorin 3394968944

Org. *POL. BESANESE MI098* - Resp. Org DANIELE MACONI 3497709630

Manifestazione provinciale/regionale B - Aut. CPM n° 6/10

strada - sabato 1 maggio - VILLASANTA - Piazza don Gervasoni  
**10^ CORRINCENTRO**

**CAMPIONATI PROVINCIALI SU STRADA ESO A - RAGAZZE/I - CADETTE/I**

ore 19.30 ritrovo GGG e concorrenti - ore 20.30 inizio gara

successione partenze e distanze: ESO C e B m. 450 - ESO A m. 900

RAGAZZE/I m. 1300 - CADETTE m. 1700 - CADETTI m. 2200

Org. *ATHLETIC CLUB VILLASANTA MI068* - Resp. Org. AGOSTINO ROSSI 3483919051

strada - domenica 2 maggio - MILANO - Parco Lambro Via Van Gogh  
**12^ CORRILAMBRO km 7,6** - [www.atleticalambro.it](http://www.atleticalambro.it)

**2^ prova C.D.S CORSA MASTER e AMATORI FIDALMILANO**

ore 8.00 ritrovo GGG e concorrenti - ore 9.00 partenza gara agonistica

JUN/PRO/SEN/MASTER/AMATORI f/m e NON COMPETITIVA

a seguire ESO C-B-A m. 400 - RAGAZZE/I - CADETTE/I m. 800

Org. *ATL. LAMBRO MI296* - [info@atleticalambro.it](mailto:info@atleticalambro.it) - Resp. Org. ENZO FOLLIN 338 8522238

Manifestazione provinciale/regionale B - Aut. CPM n° 2/10



pista - domenica 2 maggio - LODI - Centro Sportivo Comunale Faustina  
**CAMPIONATI PROVINCIALI CADETTI**

ore 9.00 ritrovo GGG e concorrenti - 9.15 chiusura iscrizioni - ore 9.30 inizio gare

marcia f km 3 - marcia m km 4 (partenza unica) - 80hs f batterie - 100hs m batterie

300 p. f/m - 1000 f/m - peso m - asta m - lungo m - giavellotto m - alto f - disco f

asta f - triplo f - peso f - finali 80hs - 100hs f/m

ore 14.00 ritrovo GGG e concorrenti - 14.15 chiusura iscrizioni - 14.30 inizio gare

300hs f/m - martello f/m - giavellotto f - lungo f - 80 p. f/m batterie

triplo m - alto m - disco m - 2000 f/m - finali 80p f/m

**OGNI ATLETA PUO' PARTECIPARE AD UNA SOLA GARA**

Org. *FIDALMILANO e N.A. FANFULLA LODIGIANA MI218*

Resp. Org. ALESSANDRO COZZI 037133491

pista - mercoledì 5 maggio - PADERNO DUGNANO - Centro Sportivo Via V. Mazzola  
METRI 5000 - TUTTI IN PISTA - JUN/PRO/SEN/MAS/AMA/E.P.S f/m  
ore 19.00 ritrovo GGG e concorrenti - 19.30 chiusura iscrizioni - ore 20.00 inizio gare  
3<sup>^</sup> prova C.D.S CORSA MASTER e AMATORI FIDALMILANO  
Org. *EUROATLETICA 2002 MI352* - Resp. org. FELICE DELAINI 3477588367

pista - sabato 8 maggio - BRUGHERIO - Centro Sportivo Via San Giovanni Bosco  
5<sup>^</sup> PROVA GRAN PREMIO FIDALMILANO  
ore 14.30 ritrovo GGG e concorrenti - 15.00 chiusura iscrizioni - 15.30 inizio gare  
RAGAZZE/I 60 - 600 - lungo f - vortex m - peso  
CADETTE/I 80 - 300 - 1000 - lungo - giavelotto  
Org. *G.S.A. BRUGHERIO MI116* - Resp. org. ALESSANDRO STAGLIANO' 3403331106

pista - domenica 9 maggio - COGLIATE - Centro Sportivo Via Montello  
RIUNIONE PROVINCIALE ESORDIENTI B - C (Società Ovest Milano)  
ore 9.00 ritrovo GGG e concorrenti - ore 10.00 inizio gare  
50 p - pallina - gioco/circuito - giro pista corri/marcia no crono - staffetta 4 x 50  
Org. *ATLETICA COGLIATE MI046* - Resp. Org. GIANCARLO BENZI 029661008

pista - merc. 12 maggio - CERNUSCO S. N. - Centro Sportivo Via M. Buonarroti  
RIUNIONE PROVINCIALE ESORDIENTI B - C (Società Est Milano)  
ore 18.30 ritrovo GGG e concorrenti - ore 19.00 inizio gare - ESO B - C (due gare + staffetta)  
50p - pallina - giro pista corri/marcia no crono - staffetta 4 x 50  
Org. *ATL. CERNUSCO MI069* - Resp. org. AMBROSONI ROBERTO 3490546152

pista - sabato 15 maggio - BESANA BRIANZA - Centro Sportivo Via De Gasperi  
6<sup>^</sup> PROVA GRAN PREMIO FIDALMILANO  
ore 14.30 ritrovo GGG e concorrenti - 15.00 chiusura iscrizioni - 15.30 inizio gare  
RAGAZZE/I 60 - 60hs - lungo - alto - 1000  
CADETTE/I 80hs/100hs - 300hs - 2000 - triplo - asta - martello - peso  
Org. *POLISPORTIVA BESANESE MI098* - Resp. Org. POZZI AMBROGINA 3494976534

pista - domenica 16 maggio - BOVISIO MASCIAGO - Centro Sportivo Via Europa  
RIUNIONE PROVINCIALE GIOVANILE  
ore 9.00 ritrovo GGG e concorrenti - 9.30 chiusura iscrizioni - ore 10.00 inizio gare  
ESO A 50p - vortex - 4x50 ESO B-C 50p - pallina - 4x50  
TRIATHLON RAGAZZE/I: 600 - lungo - peso  
Org. *BBM BOVISIO MASCIAGO MI102* - Resp. Org. VASCO FRANZOLIN 3495870703

pista - mercoledì 19 maggio - SENAGO - Centro Sportivo Via Di Vittorio  
METRI 5000 - TUTTI IN PISTA - JUN/PRO/SEN/MAS/AMA/E.P.S f/m  
ore 19.00 ritrovo GGG e concorrenti - 19.30 chiusura iscrizioni - ore 20.00 inizio gare  
4<sup>^</sup> prova C.D.S CORSA MASTER e AMATORI FIDALMILANO  
Org. *ATLETICA VIRTUS SENAGO MI062* - Resp. org. FABIO BURATTIN 3404097683

pista - giovedì 20 maggio - MILANO - Centro Sportivo GIURIATI Via Pascal  
**RIUNIONE PROVINCIALE ESORDIENTI**  
ore 17.30 ritrovo GGG e concorrenti - ore 18.00 inizio gare  
ESO A "F" : m 50 - vortex - alto - ESO A "M" : m 50 - peso 1 kg - lungo  
ESO B - C m 50 - pallina - staffetta 4x50  
Org. As. P. E. S. MI330 - Resp. org. PARIS GINO 3292160108

pista - sabato 22 maggio - CONCOREZZO - Centro Sportivo Comunale Via Pio X  
**10° TROFEO LINO BRAMBILLA**  
ore 15.00 ritrovo GGG e concorrenti - ore 15.30 inizio gare  
ESO A 50 p - 600 - lungo - staffetta 4 x 50 + prova palladisco 400g  
ESO B - C 50 p - pallina - staffetta 4 x 50 - giro pista corri/marcia no crono  
Org. ATLETICA CONCOREZZO MI065 - Resp. Org. FRANCESCO ROCCA 039.6043405

strada - sabato 22 maggio - CUSANO MILANINO - Viale Buffoli  
**15^ MILANINO SOTTO LE STELLE km 10 - [www.atleticacinisello.it](http://www.atleticacinisello.it)**  
JUN/PRO/SEN/MASTER/AMATORI f/m  
ESO A m. 500 - DISABILI m. 500 - RAGAZZE/I e CADETTE/I m. 1000  
ore 18.00 ritrovo GGG e concorrenti - ore 19.30 partenza  
**5^ prova C.D.S CORSA MASTER e AMATORI FIDALMILANO**  
Org. ATL. CINISELLO MI075 - Resp. Org. GIANNI PERINI 02.6185427 - [osanperi@libero.it](mailto:osanperi@libero.it)  
Manifestazione provinciale/regionale B - Aut. CPM n° 3/10



pista - domenica 23 maggio - ASSAGO - Centro Sportivo Via Di Vittorio  
**CAMPIONATI PROVINCIALI RAGAZZI**  
ore 9.00 ritrovo GGG e concorrenti - 9.30 chiusura iscrizioni - 10.00 inizio gare  
marcia km 2 - 60 piani - 60hs - 600 - 1000 - alto - lungo - peso - vortex  
**OGNI ATLETA PUO' PARTECIPARE AD UNA SOLA GARA**  
Org. FIDALMILANO - ATL. ASSAGO MI279 - Resp. Org. NICOLA SAMOTRACE 3921613641

strada - domenica 23 maggio - CERNUSCO S.N. - Centro Sportivo Via Buonarroti  
**CAMPIONATO PROVINCIALE MASTER DI MEZZA MARATONA**  
14^ Mezza Maratona del Naviglio "da Cernusco a New York" Km 21,097  
Ore 8.00 ritrovo GGG e concorrenti - ore 9.00 inizio gara  
Org. ATLETICA CERNUSCO MI069 - info [atleticacernusco@fastwebnet.it](mailto:atleticacernusco@fastwebnet.it) - [www.maratonadelnaviglio.it](http://www.maratonadelnaviglio.it)

**lunedì 24 maggio**  
**INOLTRO CLASSIFICHE C.D.S. RAGAZZE/RAGAZZI - FASE PROVINCIALE**  
Entro la data odierna le Società dovranno inviare a : [segreteria@fidalmilano.it](mailto:segreteria@fidalmilano.it) o  
fax 02.34535111 i risultati validi per il C.d.S. su Pista. Modulistica a pag. 18

pista - domenica 30 maggio - CARUGATE - Centro Sportivo Via del Ginestrino  
**RIUNIONE PROVINCIALE ESORDIENTI A - B - C**  
ore 9.30 ritrovo GGG e concorrenti - ore 10.00 inizio gare  
ESO A 50 hs - lungo (due pedane) - vortex (due pedane) - 4 x 50 + prova palladisco 400gr  
ESO B - C 50 - pallina - giro pista corri/marcia no crono  
Org. POLISPORTIVA CARUGATESE MI094 - Resp. org. MAURIZIO GRANDI 3382089189

pista - domenica 30 maggio - NOVA MILANESE - Centro Sportivo Via Brodolini  
7° MEETING GIOVANILE "FESTA DELLA REPUBBLICA" - CADETTE/I  
chiusura iscrizioni ore 15.00 - inizio gare ore 15.30  
GARA REGIONALE - VEDI PROGRAMMA SPECIFICO  
Org. *Unione Sportiva Milanese MI579* - Resp. Org. **MARIO BESTETTI** 3389676002

## g i u g n o

pista - giovedì 3 giugno - MILANO - Arena Civica "G. Brera"  
SERATA ARENA - RIUNIONE PROVINCIALE OPEN A/J/P/S f/m  
ore 18.30 ritrovo GGG e concorrenti - 19.00 chiusura iscrizioni - 19.30 inizio gare  
100hs - 110 hs - 200 - 400 - 800 - 3000 - lungo - alto - peso  
Org. *ABC PROGETTO AZZURRI - ATL. RICCARDI - ITALGEST - N.A. ASTRO*  
Resp. Org. *Ettore Brolo - Enrico Parodi - Fabio Sodano*

pista - giovedì 3 giugno - BESANA BRIANZA - Centro Sportivo Via De Gasperi  
Località Villa Raverio  
METRI 5000 - TUTTI IN PISTA - JUN/PRO/SEN/MAS/AMA/E.P.S f/m  
ore 19.00 ritrovo GGG e concorrenti - 19.30 chiusura iscrizioni - ore 20.00 inizio gare  
6° prova C.D.S CORSA MASTER e AMATORI FIDALMILANO  
Org. *FIDALMILANO e POL. BESANESE MI098* - Resp. org. **DANIELE MACONI** 3497709630

strada - venerdì 4 giugno - CONCOREZZO - Piazza della Pace - Via Libertà  
13° TROFEO ANTONIO SOGLIO - ESO A - B - C  
14° TROFEO COOPERATIVA SAN GIUSEPPE - RAGAZZE/I - CADETTE/I  
ore 20.00 ritrovo GGG e concorrenti - ore 21.00 inizio gare  
Org. *ATLETICA CONCOREZZO MI065* - Resp. Org. **FRANCESCO ROCCA** 039.6043405

pista - mercoledì 9 giugno - CINISELLO BALSAMO - Centro Sportivo Via Cilea  
METRI 5000 - TUTTI IN PISTA - JUN/PRO/SEN/MAS/AMA/E.P.S f/m  
ore 19.00 ritrovo GGG e concorrenti - 19.30 chiusura iscrizioni - ore 20.00 inizio gare  
7° prova C.D.S CORSA MASTER e AMATORI FIDALMILANO  
Org. *ATLETICA CINISELLO MI075* - Resp. org. **GIANNI PERINI** 02.6185427

pista - giovedì 10 giugno - MILANO - Centro Sportivo GIURIATI Via Pascal  
RIUNIONE PROVINCIALE RAGAZZI CADETTI  
ore 17.00 ritrovo GGG e concorrenti - 17.30 chiusura iscrizioni - 18.00 inizio gare  
RAGAZZE TRIATHLON 60 - vortex 600gr - alto  
RAGAZZI TRIATHLON 60 - peso - lungo  
CADETTE/I 300 - 1000 - asta - peso - 4 x 100  
Org. *As. P. E. S. MI330* - Resp. org. **GINO PARIS** 3292160108

pista - mercoledì 16 giugno - MILANO - Arena Civica "G. Brera"  
SERATA ARENA - RIUNIONE PROVINCIALE OPEN A/J/P/S f/m  
ore 18.30 ritrovo GGG e concorrenti - 19.00 chiusura iscrizioni - 19.30 inizio gare  
200 - 400 hs - 1500 - 4x 100 - 4 x 400 - triplo - asta - giavelotto  
Org. *ABC PROGETTO AZZURRI - ATL. RICCARDI - ITALGEST - N.A. ASTRO*  
Resp. Org. *Enrico Parodi - Fabio Sodano*

pista - domenica 20 giugno - MARIANO COMENSE - Centro Sportivo Via S. Caterina da Siena  
**TROFEO DEI LAGHI - GARA TRA RAPPRESENTATIVE PROVINCIALI CADETTE/I**  
Le convocazioni per FIDALMILANO saranno divulgate sul sito [www.fidalmilano.it](http://www.fidalmilano.it)  
Org. A.S. ATL. MARIANO COMENSE CO014

strada - sabato 26 giugno - SENAGO - Centro Sportivo Via Di Vittorio  
**10 km RUNNING FOR SENAGO - JUN/PRO/SEN/MAS/AMA/E.P.S f/m**  
ore 19.00 ritrovo GGG e concorrenti - ore 20.00 partenza  
Org. ATLETICA VIRTUS SENAGO MI062 - Resp. org. FABIO BURATTIN 3404097683  
Manifestazione provinciale/regionale B - Aut. CPM n° 6/10

## l u g l i o

strada - venerdi 2 luglio - OSSONA - Villa BOSI Via Roma  
**4^ CIAR O SCUR A OSSONA SA CUR - km 6,4 - MASTER/AMATORI f/m**  
ore 19.00 ritrovo GGG e concorrenti - ore 20.30 partenza [m.romanini@tele2.it](mailto:m.romanini@tele2.it)  
Org. G.P. QUELLI della Via BARACCA MI674 - Resp. Org. ROMANINI MICHELE 0290384072  
Manifestazione provinciale/regionale B - Aut. CPM n° 4/10

pista - mercoledì 7 luglio - BRUGHERIO - Centro Sportivo Via San G. Bosco  
**METRI 5000 - TUTTI IN PISTA - JUN/PRO/SEN/MAS/AMA/E.P.S f/m**  
ore 19.00 ritrovo GGG e concorrenti - 19.30 chiusura iscrizioni - ore 20.00 inizio gare  
8^ prova C.D.S CORSA MASTER e AMATORI FIDALMILANO  
G.S.A. BRUGHERIO MI116 - Resp. Org. ALESSANDRO STAGLIANO' 3403331106

lunedì 19 luglio

**INOLTRO CLASSIFICHE C. D. S. CADETTE/I - FASE PROVINCIALE**

Entro la data odierna le Società dovranno inviare a : [segreteria@fidalmilano.it](mailto:segreteria@fidalmilano.it) o  
fax 02.34535111 i risultati validi per il C.d.S. su Pista. Modulistica a pag. 19/20

## s e t t e m b r e

pista - sabato 11 settembre - MILANO - Arena Civica "G. Brera"  
**CAMPIONATI PROVINCIALI ASSOLUTI FIDALMILANO - OPEN**  
1^ giornata  
Ritrovo martello donne e asta uomini ore 14.00 - Chiusura iscrizioni 14.30 - Inizio gare 15.00  
Ritrovo altre gare ore 15.00 - Chiusura iscrizioni 15.30 - Inizio gare 16.00  
A/J/P/S U marcia km 5 - 110hs - 100 - 400 - 1500 - 2000st All - 3000st J/P/S  
asta - triplo - disco - giavellotto  
A/J/P/S D marcia km 5 - 100hs - 100 - 400 - 1500 - 2000st All - 3000st J/P/S  
alto - triplo - peso - martello  
Org. FIDALMILANO - R.T. VANNI GRAZIA - Resp. Org. CESARE BRAMBILLA

pista - domenica 12 settembre - MILANO - Arena Civica "G. Brera"  
**RIUNIONE PROVINCIALE CADETTE/I - OPEN**  
domenica 12 sett : ritrovo ore 9.00 - chiusura iscrizioni 9.30 - inizio gare 10.00  
80hs - 100hs - 300 - lungo - asta - alto - peso - martello  
Org. FIDALMILANO - R.T. VANNI GRAZIA - Resp. Org. CESARE BRAMBILLA

pista - domenica 12 settembre - MILANO - Arena Civica "G. Brera"  
CAMPIONATI PROVINCIALI ASSOLUTI FIDALMILANO - OPEN

2^ giornata

Ritrovo martello uomini ore 14.00 - Chiusura iscrizioni 14.30 - Inizio gare 15.00

Ritrovo altre gare ore 15.00 - Chiusura iscrizioni 15.30 - Inizio gare 16.00

A/J/P/S U 400hs - 200 - 800 - 3000 All - 5000 J/P/S

alto - lungo - peso - martello

A/J/P/S D 400hs - 200 - 800 - 3000 All - 5000 J/P/S

asta - lungo - disco - giavellotto

Org. FIDALMILANO - R.T. VANNI GRAZIA - Resp. Org. CESARE BRAMBILLA

pista - domenica 12 settembre - ASSAGO - Centro Sportivo Via di Vittorio  
20° MIGLIO AMBROSIANO Cat. E/R/C/A/J/P/S/M f/m

Eso f/m un quarto di miglio - Rag. e Cad. f/m mezzo miglio

ore 9.00 ritrovo GGG e concorrenti - 9.30 chiusura iscrizioni - 10.00 inizio gare

Al termine delle prove agonistiche partirà il MIGLIO PER TUTTI non competitivo

Org. ATL. AMBROSIANA e ATL. ASSAGO MI279 - Resp. org. FULVIO FRAZZEI 3472200369

pista - mercoledì 15 settembre - MILANO - Arena Civica "G. Brera"  
MEMORIAL ZANCAN - BOTTALICO - TROFEO OGGIONI

RIUNIONE PROVINCIALE GIOVANILE

ore 17.30 ritrovo GGG e concorrenti gare giovanili - 18.00 chiusura iscrizioni - 18.30 inizio gare

50p ESO A f/m - 60p Ragazze/i - 80p Cadette/i - a seguire 200hs Cadette/i

ore 19.00 600 ESO A f/m - 1000 Ragazze/i - Cadette/i

RIUNIONE REGIONALE ALL/JUN/PRO/SEN/AMA/MAS f/m

ore 18.30 ritrovo GGG e concorrenti - 19.00 chiusura iscrizioni - 19.30 inizio gare

m. 200 - lungo - a seguire m. 800 e m. 5000 - ore 19.30 lungo - a seguire peso

Org. ATLETICA AMBROSIANA MI189 - Resp. Org. ETTORE BROLO 3476099358

strada - sabato 18 settembre - MEDA - Piazza del Comune

2° TROFEO CITTA' DI MEDA

ore 19.45 ritrovo GGG e concorrenti - ore 20.30 inizio gare

ESO A m. 800 - ESO B e C m. 400 - Ragazze/i m. 1200 - Cadette m. 1500 - Cadetti m. 2000

Org. ATLETICA MEDA MI084 - Resp. Org. SIMONA TAGLIABUE 3465272096

pista - domenica 19 settembre - ASSAGO - Centro Sportivo Via di Vittorio  
7^ PROVA GRAN PREMIO FIDALMILANO

ore 9.00 ritrovo GGG e concorrenti - 9.30 chiusura iscrizioni - 10.00 inizio gare

RAGAZZE/I 60 - 60 hs - 1000 - lungo - alto - + prova palla disco

Org. ATLETICA ASSAGO MI279 - Resp. org. NICOLA SAMOTRACE 3478937083

strada - sabato 25 settembre - CESANO MADERNO - Via Cesare Cantu'  
3^ CORRINCESANO by night - km 10 - www.corrincesano.it

JUN/PRO/SEN/MASTER/AMA M/F

9^ prova C.D.S CORSA MASTER e AMATORI FIDALMILANO

ore 19.00 ritrovo GGG e concorrenti - ore 20.30 partenza

Org. ATL. CESANO MADERNO MI063 - Resp. org. LUCA CAFFU' 3358254452

info@corrincesano.it

Manifestazione provinciale/regionale B - Aut. CPM n° 1/10



## o t t o b r e

pista - sabato 2 ottobre - CARUGATE - Centro Sportivo Via del Ginestrino  
**CAMPIONATI PROVINCIALI TRIATHLON RAGAZZE/I**  
 ore 14.00 ritrovo GGG e concorrenti - 14.30 chiusura iscrizioni - 15.00 inizio gare  
 60hs - alto - vortex  
 Org. **POLISPORTIVA CARUGATESE MI094** - Resp. org. MAURIZIO GRANDI 3382089189

pista - dom 3 ottobre - NOVATE MILANESE - Centro Sportivo Torrioni Via Marzabotto  
**CAMPIONATO PROVINCIALE PENTATHLON CADETTE/I**  
 ore 9.00 ritrovo GGG e concorrenti - 9.30 chiusura iscrizioni - 10.00 inizio gare  
 80 hs f - 100 hs m - 600 f - 1000 m - alto (due pedane) - lungo - giavelotto  
 Org. **FIDALMILANO e POL. NOVATE MI211** - Resp. org. ALBERTO MERONI 3383413576

pista - sabato 9 / domenica 10 ottobre - MILANO - Arena Civica "G. Brera"  
**CAMPIONATI PROVINCIALI MASTER FIDALMILANO**  
**I Campionati Provinciali Master f/m si terranno contestualmente ai Campionati Regionali Master**  
 Org. **FIDALMILANO** - Resp. org. PIERO PEREGO 3392006085

pista - domenica 10 ottobre - ASSAGO - Centro Sportivo Via di Vittorio  
 ore 9.00 ritrovo GGG e concorrenti - 9.30 chiusura iscrizioni - 10.00 inizio gare  
**RAGAZZE TRIATHLON** 150 - peso - alto **RAGAZZI TRIATHLON** 150 - vortex - lungo  
**CADETTE/I TETRATHLON** 80 - 300 - lungo - giavelotto  
 Org. **ATLETICA ASSAGO MI279** - Resp. org. NICOLA SAMOTRACE tel 3478937083

pista - domenica 17 ottobre - MILANO - Arena Civica "G. Brera"  
**TROFEO DELLE PROVINCE**  
 marcia km 2-60hs-60-1000-alto-lungo-peso-vortex-4x100-3x800 - triathlon (60hs-alto-vortex)  
 Ogni Rappresentativa potrà schierare due atleti per gara. Ogni Atleta potrà partecipare ad una gara oltre alla staffetta 4 x 100. I partecipanti ai m. 1000-staffetta 3x800-marcia non potranno partecipare ad altre gare. Le iscrizioni dovranno pervenire entro giovedì 14 ottobre a [coachpieroperego@tiscali.it](mailto:coachpieroperego@tiscali.it) oppure fax **02.34535111**. I cartellini saranno redatti da FIDALMILANO e consegnati alle Rappresentative all'atto della conferma iscrizioni.  
**Programma gare:** Ritrovo ore 9.30 - Conferma iscrizioni entro le 10.00 - Inizio gare 10.30

<u>GARE DI CORSA</u>			<u>CONCORSI</u>		
<u>60 hs triathlon</u>	F	<u>10.30</u>	<u>Alto</u>	F	<u>10.30</u>
<u>60 hs triathlon</u>	M	<u>10.45</u>	<u>Alto</u>	M	<u>10.30</u>
<u>60 hs</u>	F	<u>11.00</u>	<u>Lungo</u>	M	<u>10.30</u>
<u>60 hs</u>	M	<u>11.20</u>	<u>Peso</u>	F	<u>10.30</u>
<u>60 piani</u>	F	<u>11.40</u>	<u>Vortex</u>	M	<u>10.30</u>
<u>60 piani</u>	M	<u>12.00</u>	<u>Vortex triathlon</u>	F	<u>12.00</u>
<u>1.000</u>	F	<u>12.20</u>	<u>Vortex triathlon</u>	M	<u>12.45</u>
<u>1.000</u>	M	<u>12.40</u>			Pausa pranzo
Pausa pranzo					
<u>2 km. Marcia</u>	F	<u>13.30</u>	<u>Alto triathlon</u>	M	<u>13.30</u>
<u>2 km. Marcia</u>	M	<u>13.50</u>	<u>Lungo</u>	F	<u>13.30</u>
<u>3x800</u>	F	<u>14.10</u>	<u>Peso</u>	M	<u>13.30</u>
<u>3x800</u>	M	<u>14.30</u>	<u>Vortex</u>	F	<u>13.30</u>
<u>4x100</u>	F	<u>14.</u>	<u>Alto triathlon</u>	F	<u>13.30</u>
<u>4x100</u>	M	<u>15.10</u>			

R.T. PIERO PEREGO 3392006085 - Resp.Org. CESARE BRAMBILLA

# n o v e m b r e

cross - domenica 7 novembre - MILANO - Centro Sportivo Vismara Via dei Missaglia 117

## 2° CROSS SUDMILANO

ore 9.00 ritrovo GGG e concorrenti - ore 10.00 inizio gare

successione partenze: Cadette/i - Ragazze/i - Eso A - B - C f/m

Org. **NUOVA ATLETICA 87 MI376** - Res. Org. **LUCIANO BAGOLI 3384798759**

venerdi - 12 novembre - MILANO - Arena Civica "G. Brera" - ore 20.30

## CONVEGNO

### "Le problematiche legate al SETTORE GIOVANILE"

Relatori **LUCIANO BAGOLI** e **GIORGIO RIPAMONTI**

La partecipazione da diritto all'acquisizione di 0,5 punti per crediti formativi.

Iscrizioni (max 50 iscritti) tramite fax 0234535111 o mail: [coachpieroperego@tiscali.it](mailto:coachpieroperego@tiscali.it)

Org. **FIDALMILANO** - Resp. Org. **PIERO PEREGO 3392006085**

cross - domenica 14 novembre - BUSCATE - Via Papa Giovanni XXIII

## CROSS DEL PRATONE

[atletica.buscate@gmail.com](mailto:atletica.buscate@gmail.com)

ore 13.30 ritrovo GGG e concorrenti - ore 14.00 inizio gare

successione partenze: Eso C - B - A f/m - Ragazze/i - Cadette/i

Org. Atl. **BUSCATE MI309** - Resp. Org. **GALLAZZI GIANPIETRO 0331801575**

cross - domenica 21 novembre - COGLIATE - Centro Sportivo Via Montello

## 1° CROSS DELLE GROANE

ore 9.00 ritrovo GGG e concorrenti - ore 10.00 inizio gare

successione partenze: Cadette/i - Ragazze/i - Eso A - B - C f/m

Org. **ATL. COGLIATE MI046** - Resp. Org. **GIANCARLO BENZI 3385352987** [benzi.giancarlo@alice.it](mailto:benzi.giancarlo@alice.it)

## domenica 28 novembre premiazione attività 2010 FIDALMILANO

cross - mercoledì 8 dicembre - CASOREZZO - Centro Sportivo Caccia Dominioni, Via Repubblica 1

## 37° CROSS DEL MASSARESCIO

ore 13.30 ritrovo GGG e concorrenti - ore 14.00 inizio gare

successione partenze: ESO C - B - A f/m - Ragazze/i - Cadette/i

Org. Atl. **CASOREZZO MI322** - Resp. org. **MAURIZIO MERLOTTI 3331101484**

strada - domenica 12 dicembre - ZELOFORAMAGNO - Centro Sportivo P. Borsellino

## 37° IN GIR ALA CAVA km 10 - [www.zelodicorsa.it](http://www.zelodicorsa.it)

JUN/PRO/SEN/MASTER/AMATORI f/m

10^ prova C.D.S CORSA MASTER e AMATORI FIDALMILANO



ore 9.15 ritrovo GGG e concorrenti - ore 10.20 partenza

[gszelo@inwind.it](mailto:gszelo@inwind.it)

Org. **G.S. ZELOFORAMAGNO MI404** - Resp. Org. **CLAUDIO VALISA 3485691722**

Manifestazione provinciale/regionale B - Aut. CPM n° 5/10

## **Progetto “MarciAMO” insieme**

Il Comitato Provinciale FIDAL Milano promuove allenamenti collegiali e corsi di aggiornamento per giovani Tecnici interessati alla MARCIA

### **Perchè “MarciAMO”...**

Molte società non schierano Atleti marciatori nei CDS, rimanendo spesso penalizzate nei punteggi. Perchè non proviamo a preparare i giovani anche in questa specialità?

### **A chi è rivolto “MarciAMO”...**

Il progetto vuole coinvolgere appassionati, Istruttori, Allenatori che vogliono iniziare ad allenare, oppure che già allenano, anche la specialità della marcia nel settore giovanile. Il progetto prevede anche la partecipazione dei giovani Atleti ( soprattutto Esordienti, Ragazzi e Cadetti).

### **Finalità del progetto:**

Promuovere la specialità della marcia, attraverso la proposta di allenamenti collegiali tra i giovani.

### **Metodo di lavoro:**

Verranno proposte ad Atleti e Tecnici le **didattiche di base e i primi passi tecnici per imparare a marciare**, da svolgersi sotto la guida di tecnici esperti del settore e con il coinvolgimento dei Tecnici sociali partecipanti.

Alla fine del percorso sono previsti dei momenti di “confronto agonistico” condivisi, come la partecipazione ad alcune gare inserite nei calendari Provinciale e Regionale.

### **Dove si svolgeranno gli allenamenti/lezioni...**

La sede di svolgimento delle attività sarà il **Centro Saini di Milano**.

### **Programma Attività e incontri già programmati**

**Domenica 28 marzo ore 14:00 - Centro Sportivo SAINI :**

## **La tecnica, le regole e .....marciAmo**

**Dopo questo primo raduno decideremo, con i Tecnici, gli incontri successivi.**

  
**FEDERAZIONE ITALIANA      DI ATLETICA LEGGERA**  
**Comitato Provinciale di Milano**

---

I Tecnici e gli Atleti che intendono partecipare all'iniziativa devono inviare una mail a [cpenola@tin.it](mailto:cpenola@tin.it) per verificare la disponibilità dei posti, indicando i seguenti dati:

Tecnico \_\_\_\_\_

Contatto telefonico \_\_\_\_\_ mail \_\_\_\_\_

Atleta \_\_\_\_\_ anno nascita \_\_\_\_\_

Atleta \_\_\_\_\_ anno nascita \_\_\_\_\_

Atleta \_\_\_\_\_ anno nascita \_\_\_\_\_

Siamo interessati a partecipare all'incontro del 28 marzo 10 al Centro SAINI ore 14.00

Siamo interessati a partecipare ai successivi incontri (date e luoghi da stabilire)

**Tutti i Tecnici interessati saranno contattati direttamente via mail / telefono per la conferma.**

***NB: L'iniziativa ha uno scopo prevalentemente formativo ed è rivolta ai tecnici che lavorano con le categorie giovanili. Per questo motivo è auspicabile la presenza dei tecnici con i ragazzi.***

**Referente tecnico:**

**Tecnici promotori del progetto:**

Piero Perego – FTP Milano

Claudio Penolazzi (allenatore - marcia)



## RICHIESTA DI INSERIMENTO MANIFESTAZIONI NEL CALENDARIO PROVINCIALE 2011

ATTIVITÀ:      INVERNALE 2011                       ESTIVA 2011

(BARRARE CON UNA X LA CASELLA INTERESSATA)

I termini per la presentazione delle richieste sono:

- entro il 15 ottobre 2010 per attività invernale (da svolgere entro il 31.03.2011)
- entro il 15 gennaio 2011 per attività estiva (da effettuarsi dall'1.4.2011 al 31.12.2011)

<i>Denominazione manifestazione</i>	<i>Edizione</i>

<i>Località di svolgimento</i>	<i>Data</i>

Tipologia	Caratteristiche	Partecipazione atleti	Categorie
<input type="checkbox"/> Campestre (*)	<input type="checkbox"/> Provinciale	<input type="checkbox"/> Uomini	<input type="checkbox"/> Amatori
<input type="checkbox"/> Indoor	<input type="checkbox"/> Regionale B	<input type="checkbox"/> Donne	<input type="checkbox"/> Masters
<input type="checkbox"/> Pista			<input type="checkbox"/> Seniores
<input type="checkbox"/> Corsa su Strada (*)			<input type="checkbox"/> Promesse
<input type="checkbox"/> Corsa in Montagna (*)			<input type="checkbox"/> Juniores
<input type="checkbox"/> Marcia su Strada (*)			<input type="checkbox"/> Allievi
			<input type="checkbox"/> Cadetti
			<input type="checkbox"/> Ragazzi
			<input type="checkbox"/> Esordienti A

- Ritrovo ore	Presso	- Inizio Gare ore
---------------	--------	-------------------

(\*) Gara Uomini:      Lunghezza percorso Km.                      x nr. Giri                      : totale Km.  
 (\*) Gara Donne:      Lunghezza percorso Km.                      x nr. Giri                      : totale Km.

SOCIETÀ ORGANIZZATRICE.

Società      .....

Codice                      Denominazione

Indirizzo Società .....

via/piazza                      nr. civico                      c.a.p.                      Comune                      prov.

Tel. Società ..... Fax ..... e-mail.....

RESPONSABILE ORGANIZZATIVO.

Sig. ....

Tel. .... Fax ..... e-mail.....

prefisso e numero                      orario reperibilità

- LA SOCIETA' ORGANIZZATRICE - SECONDO LE NUOVE NORMATIVE GGG - METTERA' A DISPOSIZIONE N° \_\_\_\_ GIUDICI AUSILIARI.

- ALLEGARE OBBLIGATORIAMENTE LA BOZZA DI REGOLAMENTO DELLA MANIFESTAZIONE CHE DOVRA' ESSERE APPROVATO DAL COMITATO PROVINCIALE

La Società .....

- ✓ Richiede la segreteria F.I.D.A.L.
- ✓ Non richiede la segreteria F.I.D.A.L.

**Il Presidente Il Presidente della Società**



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA  
Comitato Regionale Lombardia

CAMPIONATO DI SOCIETA' SU PISTA 2010 - CATEGORIA RAGAZZI/RAGAZZE

SCHEDA RIASSUNTIVA DEI PUNTEGGI – FASE PROVINCIALE  
(dopo la Fase Provinciale – periodo dal 27 marzo al 23 maggio 2010)

Società \_\_\_\_\_ Cod. \_\_\_\_\_  
denominazione esatta numero codice

RAGAZZI  RAGAZZE   
(BARRARE CON X LA CATEGORIA CHE INTERESSA)

Gara	N°Tessera	ATLETA		An	Prestaz	Luogo	Data	Puntegg	Migliori 8 punti
		Cognome	Nome						
60									
60hs									
1.000									
Marcia									
Alto									
Lungo									
Peso									
Vortex									
4x100									
								Totale punti	

REGOLAMENTO DELLE FASI PROVINCIALI

1 - La FASE PROVINCIALE del Campionato di Società Ragazzi/Ragazze avrà durata dal 27 marzo al 23 maggio 2010.

In tale periodo le Società possono far gareggiare tutti i propri atleti in numero illimitato (Attenzione - Importante: Gli Atleti/e devono essere regolarmente tesserati).

2 - La Scheda sopra riportata va compilata in ogni sua parte a cura della Società e consegnata al competente Comitato Provinciale tenendo presente che:

a - la Società potrà inserire nell'elenco un atleta PER UNA SOLA GARA INDIVIDUALE + PER L'EVENTUALE PUNTEGGIO DELLA STAFFETTA 4 x 100.

b - la Ciascun atleta può essere inserito in una sola gara individuale + staffetta

(Gli atleti/e che partecipano ad una gara superiore od uguale ai metri 1.000 possono prendere parte nello stesso giorno solare anche ad un'altra gara con esclusione delle gare superiori ai m. 200)

c - la Società dovrà sommare i migliori otto (8) punteggi ottenuti in almeno sei (6) diverse gare. Non possono essere presi in considerazione più di due punteggi nella stessa gara (staffetta esclusa).

d - Gli atleti ritirati, squalificati o con tre prove nulle nei concorsi sono accreditati di 0 punti, ma la loro partecipazione consente alla Società di considerare coperta la gara.

e - Le Manifestazioni dalle quali sarà possibile raccogliere i risultati utili SARANNO SOLO ED ESCLUSIVAMENTE QUELLE FIDAL OMOLOGATE (si escludono quindi tutte le manifestazioni dei Campionati Sportivi Studenteschi di qualsiasi livello)

LA SCHEDA DI PUNTEGGIO DEVE ESSERE CONSEGNATA DALLA SOCIETA' INTERESSATA  
AL COMITATO PROVINCIALE DI COMPETENZA TASSATIVAMENTE ENTRO IL 24 MAGGIO 2010



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA  
Comitato Regionale Lombardia

CAMPIONATO DI SOCIETA' SU PISTA 2010 - CATEGORIA CADETTI/CADETTE

SCHEDA RIASSUNTIVA DEI PUNTEGGI - FASE PROVINCIALE  
(dopo la Fase Provinciale - periodo 27 marzo al 18 luglio 2010)

Società \_\_\_\_\_ Cod. \_\_\_\_\_  
denominazione esatta numero codice

CADETTI   
(BARRARE CON X LA CATEGORIA CHE INTERESSA)

CADETTE

Gara	N° Tessera	ATLETA		An	Prestazione	Luogo	Data	Punteggio	Migliori 13 punt
		Cognome	Nome						
80									
300									
1.000									
2.000									
80hs/ 100hs									
300hs									
Asta									
Alto									
Lungo									
Triplo									
Peso									
Martello									
Disco									
Giavell.									
Marcia									
4x100									
Totale punti									

## REGOLAMENTO DELLE FASI PROVINCIALI

1 - La FASE PROVINCIALE del Campionato di Società Cadetti/Cadette avrà durata dal 27 marzo al 18 luglio 2010.

In tale periodo le Società possono far gareggiare tutti i propri atleti in numero illimitato (Attenzione - Importante: Gli Atleti/e devono essere regolarmente tesserati).

2 -La Scheda sopra riportata va compilata in ogni sua parte a cura della Società e consegnata al competente Comitato Provinciale tenendo presente che:

a - la Società potrà inserire nell'elenco un atleta PER UN MASSIMO DI DUE VOLTE (IN DUE GARE INDIVIDUALI OPPURE IN UNA GARA INDIVIDUALE E NELLA STAFFETTA).

b - la composizione della staffetta dovrà vedere la presenza di Atleti/e nel rispetto della seguente norma: gli atleti/e che partecipano ad una gara superiore od uguale ai metri 1.000 possono prendere parte nello stesso giorno solare anche ad un'altra gara con esclusione delle gare superiori ai m. 200

c - la Società dovrà sommare i migliori tredici (13) punteggi ottenuti in almeno dieci (10) diverse gare. Non possono essere presi in considerazione più di due punteggi nella stessa gara (staffetta esclusa).

d - Gli atleti ritirati, squalificati o con tre prove nulle nei concorsi sono accreditati di 0 punti, ma la loro partecipazione consente alla Società di considerare coperta la gara.

LA SCHEDA DI PUNTEGGIO  
DEVE ESSERE CONSEGNA TA DALLA SOCIETA' INTERESSATA  
AL COMITATO PROVINCIALE DI COMPETENZA  
TASSATIVAMENTE ENTRO IL 20 luglio 2010