



Alla C.A. del Presidente
del Comitato Regionale F.I.P.C.F. Sardegna
Sig. Deligia Antonio

A tutte le Società della Sardegna,
loro sedi

oggetto: **Criterion Regionale Distensione su Panca** valevole per la qualificazione al Criterion Nazionale
Distensione su Panca e valevole come Campionato Regionale Assoluto.

L'**A.S.D. Body Project Lula**, affiliata alla FIPCF, organizza per il **1° maggio 2010** il **CRITERIUM REGIONALE di DISTENSIONE su PANCA F.I.P.C.F.**. Tale gara è valevole come **Campionato Regionale Assoluto** delle diverse categorie di peso e di età, inoltre è utile per la qualificazione al CRITERIUM NAZIONALE di DISTENSIONE su PANCA (i primi dieci atleti di ogni categoria, maschile e femminile, risultanti dalle classifiche d'ufficio delle gare svoltesi in ogni regione, hanno diritto a disputare la finale nazionale).Le categorie di gara (che complessivamente sono 18 + le categorie per Disabili) sono:

UNDER 17- Maschile e Femminile (per gli atleti nati nel 1993, 1994, 1995) categoria unica

JUNIORES- Maschile e Femminile (per gli atleti nati nel 1990, 1991, 1992) categoria unica

SENIORES-(per gli atleti nati dal 1970 al 1989) **MASCHILE:** fino 69 Kg- fino 85- oltre 85 Kg **FEMMINILE:** fino 58Kg-fino69Kg- oltre69Kg

MASTER- Master "45": (per gli atleti nati negli anni dal 1965 al 1969) Maschile e Femminile

Master "55": (per gli atleti nati negli anni dal 1955 al 1964) Maschile e Femminile

Master "65": (per gli atleti nati negli anni dal 1945 al 1954) Maschile e Femminile

Master "+65":(per gli atleti nati negli anni dal 1944 e precedenti) Maschile e Femminile

DISABILI: tali atleti che gareggeranno con classifica separata devono obbligatoriamente essere tesserati oltre che con la FIPCF anche con il CIP (Comitato Italiano Paralimpico).

Le classifiche individuali m\f sono stilate utilizzando la tabella Sinclair. Per gli\le atleti\ve delle classi "Master" il punteggio Sinclair ottenuto, viene moltiplicato per un ulteriore coefficiente, assegnato a ciascuna classe d'età. Verranno premiati gli Assoluti m\f : Under17+Juniores, Seniores e Master, il risultato sarà determinato dal punteggio ottenuto in base alla tabella Sinclair. Verranno premiate le Società Sportive 1^a, 2^a e 3^a classificate . Alle premiazioni gli\le Atleti\ve devono presentarsi in tuta sociale o costume da gara.

La manifestazione, aperta a tutte le Società regolarmente affiliate alla FIPCF, avrà luogo presso la **Palestra Comunale di Viale Repubblica a Lula (Nu)**. Gli atleti, come da regolamento, devono essere tesserati alla FIPCF . L'**iscrizione alla gara** deve essere fatta entro **15 giorni da essa** (entro il 15 aprile). Le operazioni di peso verranno svolte dalle ore 14.30 alle ore 15.30, l'**inizio** della manifestazione è previsto per le ore **16.30**. La quota di iscrizione alla gara è fissata in € 5,00. Gli atleti, per l'accertamento dell'identità, devono esibire agli ufficiali di gara, oltre al tesserino federale, un documento di riconoscimento valido. L'abbigliamento consentito è il costume da gara; possono essere indossati un body aderente o calzoncini da ciclista purché non copra le ginocchia e una maglietta aderente, senza colletto, con le maniche che non coprano i gomiti.

Per informazioni: **asd Body Project Lula- Via A. Gramsci 36\A- 08020 Lula (Nu)**

Montanino Pino: cell. 3332207733- e-mail: mariopino@tiscali.it

Lula 12 Marzo 2010



Il Presidente dell'ASD Body Project Lula
(Giovanna Maria Nicolosa Porcu)