

Attenzione: Le conferme iscrizioni devono essere fatte tassativamente entro 1 ora dalla partenza di ogni gara (anche da un dirigente di società) pena esclusione dalla stessa, uniche eccezioni saranno per le gare iniziali, dove è specificata l'orario di chiusura e per i metri 5000 sia M che F che dovranno essere effettuate entro le ore 16,00 di Domenica per preparare le serie. Gli orari di ciascuna serie dei m 5000 verranno affissi alle ore 16,30 di Domenica .

**Campionati Regionali Individuali Assoluti
Napoli (Virgiliano)
Sabato 29 Maggio 2021**

**Programma tecnico 1^ Giornata Uomini 110 hs- 100- 400-1500- 3000st - Asta - Triplo - Giav - Disco - 4x100- Marcia
Programma Tecnico 1^ Giornata Donne 100 hs -100-400-1500-3000st-Alto-Triplo - Peso-Martello-4x100-Marcia 5 Km
Le staffette non assegnano il titolo
Le finali dei 100 metri assegneranno il titolo e saranno composte da soli atleti tesserati per Società Campane
Delegato Tecnico Marcello Mangione-Delegato Organizzativo Luigi Sabato
Le Staffette non assegnano il titolo**

Sabato	29 Maggio 2021			
Ritrovo Giurie e Concorrenti	Ore 14,00 + conferma Martello f - Asta M Peso F e 100 F	Termine conferma iscrizione gare -Asta M Martello F -Peso e 100 F ore 14,20		
Ore 15,00		Martello F	Asta M	Peso F
Ore 15,10				
Ore 15,20	100 F			
Ore 15,50	100 M	Disco M		Triplo F Inizio atlete con battuta a 9 m seguono atlete con battuta a 7 m
Ore 16,35	400 F			
Ore 16,50	400 M			
Ore 17,25	3000 st F		Alto F	
Ore 17,45	3000 st M	Giav M		Triplo M inizio con atleti con battuta a 11 m seguono atleti con battuta a 9 m
Ore 18,00	Finale 100 F			
Ore 18,05	Finale 100 M			
Ore 18,10	1500 F			
Ore 18,20	1500 M			
Ore 18,40	Staffetta 4x100 F			
Ore 18,55	Staffetta 4x100 M			
Ore 19,05	Marcia 10 Km M+ 5 Km F			

Le progressioni riviste: Asta Maschile: 2,50-2,70-2,90-3,10-3,30-3,50-3,60 poi di 10 in 10

Le progressioni riviste Alto Femminile 1,10- 1,20-1,30-1,40-1,43-1,46-1,49-1,51-1,53 poi di 2 in 2

Campionati Regionali Individuali Assoluti Napoli Virgiliano Domenica 30 Maggio 2021

Programma tecnico 2^a Giornata Uomini 400 hs-200-800-5000 -Lungo-Alto -Peso-Mart.- 4x400
Programma tecnico 2^a Giornata Donne 400hs-200-800-5000-Asta-Lungo-Disco- Giav-4x400
Le staffette non assegnano il titolo
Delegato Tecnico Ifigenia Giuseppe - Delegato Organizzativo Luigi Sabato

Domenica	30 Maggio 2021			
Ritrovo Giurie e Concorrenti	Ore 14,00 + conferma gare Ostacoli - Martello M - Asta F-Peso M-200 F	Chiusura conferme iscrizioni per gare ad hs Martello M - Asta F 200 F ore 14,20		
Ore 14,50	400 hs F	Mart M	Peso M	Asta F
Ore 15,00	400 hs M			
Ore 15,10	200 F			
Ore 15,40	200 M	Disco F		
Ore 16,25	800 F		Lungo F	Alto M
Ore 16,35	800 M			
Ore 17,00	5000 F			
Ore 17,25	5000 M	Giav F		
Ore 17,40			Lungo M	
Ore 19,00	Staffetta 4x400 F			
Ore 19,15	Staffetta 4x400 M			

Progressioni Asta F : 1,80-2,00-2,20-2,40-2,50 poi di 10 cm in 10 cm

Progressioni Alto M : 1,40- 1,50-1,60-1,65-1,70-1,75-1,78-1,81-1,84-1,87-1,90-1,93-1,96-1,99-2,01-2,03 poi di 2 cm in 2 cm

Si ricorda a tutti che non sono previste misure di ingresso