

**Campionati Regionali Staffette Ass-All-Cad M/F**  
**CDS Cadetti/e 1<sup>^</sup> Giornata**  
**Napoli (Virgiliano) 10/11 Aprile 2021**

**Sabato 10 Aprile 2021**

**Staffette 4x100 A/i+A/e; Ass/m; Ass/f**

**Contorno Ass/m + A/i 100 metri**

**Cds Cadetti/e 80-300hs-2000-1200st-Asta-Lungo-Giavellotto-Disco**

Ore 15,00 Ritrovo giurie e concorrenti e conferma gare 300 hs, Lungo C/i, Giavellotto C/e

Ore 15,40 300 hs C/e Lungo C/i (18) ; Giavellotto C/e (4)

Ore 15,50 300 hs C/i

Ore 16,00 80 C/e

Ore 16,20 80 C/i

Ore 16,40 1200 Siepi C/i + C/e Giavellotto C/i (4)

Ore 16,50 100 A/e - Ass/f

Ore 17,10 100 A/i-Ass/m ; Lungo C/e (16)

Ore 17,45 2000 C/i + C/e Disco C/i + C/e. (6)+(5)

Ore 17,55 4x100 Ass/f+A/e

Ore 18,20 4x100 Ass/m A/i

**\*Dopo opportune segnalazioni si precisa che da regolamento Fidal Le gare di concorso per i Cadetti/e prevedono 4 salti o 4 lanci per tutti i partecipanti (il Ftr)**

**Domenica 11 Aprile 2021**

**Staffette 4x400 A/i+A/e; Ass/m; Ass/f**

**Staffette 4x100 C/i C/e**

**Staffette 3x1000 C/i C/e**

**Contorno M/F Allievi M/f : 100hs/110hs;Salti Asta Alto; Lanci: Martello Peso**

Ore 15,15 Ritrovo e conferma iscrizioni Martello-Asta-Ostacoli

Ore 15,40 110 hs M Martello Tutte le categorie M/F(7) Asta F (1)

Ore 15,50 110 hs A/i

Ore 16,00 100 hs F + A/e

Ore 16,40 4x100 C/e Peso Ass/m+ J/m+A/m(9)-- Alto F + A/f (5)

Ore 17,05 4x100 C/i

Ore 17,25 4x400 Ass F + A/e

Ore 17,50 4x400 Ass M + A/i Peso Ass/f + A/f (7)---Alto M + A/i (8)

Ore 18,20 3x1000 C/e

Ore 18,35 3x1000 C/i

**SI RICORDA A TUTTI GLI ISCRITTI CHE LE CONFERME, AD ECCEZIONE DI QUELLE SEGNALATE NEL RITROVO GIURIE E CONCORRENTI , VERRANNO EFFETTUATE FINO AD 1 H PRIMA DELLA PARTENZA;**

**Le Progressioni saranno per:**

**Alto M + A/i :1.40-1.50-1.60-1.65-1.70-1.73-1.76-1.79 poi di 2 cm in 2 cm**

**Alto F + A/e :1.30-1.40-1.45-1.50-1.53-1.55-1.57 poi di 2 cm in 2 cm**

**Asta F + A/e : 1.80-2.00-2.20-poi di 10 cm in 10 cm fino a 2.80 poi di 5 cm in 5 cm**

**Delegato dei Tecnici : giorno 10/4 Ifigenia Giuseppe -Tecnico Organizzativo Mangione Marcello**

**Delegato dei Tecnici: giorno 11/4 Mangione Marcello- Tecnico Organizzativo Luigi Sabbato**