

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI CADETTI/E
Molfetta - Stadio "Mario Saverio Cozzoli" - 23/24 settembre 2023

Orario gare DEFINITIVO - sabato 23 settembre

Ore	Cadetti	Cadette	A/J/P/S M	A/J/P/S F
15:00	Ritrovo giurie e concorrenti e conferma iscrizioni			
15:45	Martello			
16:00	- Asta	80 hs - Peso		
16:10	100hs			
16:20			100	
16:30	Lungo	Alto		
16:40				100
17:00		Giavellotto - 300		
17:20	300			
17:30		Triplo	Peso	
17:40			400	
17:55				400
18:00				
18:10		2000		
18:15	Giavellotto			
18:20	2000		Lungo	
18:35	Marcia 5000	Marcia 3000		
19:15			4x100	
19:25				4x100

Orario gare DEFINITIVO - domenica 24 settembre

Ore	Cadetti	Cadette	A/J/P/S M	A/J/P/S F
15:00	Ritrovo giurie e concorrenti e conferma iscrizioni			
15:45		Martello		
16:00	300 hs - Alto	Lungo Gruppo B		Peso
16:20		300 hs		
16:40	80			
17:00	Disco	80 - Asta		
17:30	1000	Lungo Gruppo A		
17:50	Peso	1000		
18:10	1200 st -			
18:20		Disco -		Lungo
18:25	Triplo	1200 st		
18:35				
18:40	4x100			
18:45		4x100		
19:00			1500	
19:15				1500



Gli atleti dovranno presentarsi in camera d'appello, situata nei pressi della partenza dei 100 mt per l'accesso al campo secondo le seguenti modalità:

- 20 minuti prima per le gare di corsa;
- 30 minuti prima per i concorsi.

N.B. : nel salto in lungo Cadette in base al numero degli atleti iscritti saranno formati due gruppi, nel gruppo "B" andranno gli atleti con accredito da mt. 4.05 in giù mentre nel gruppo "A" andranno gli atleti con accredito da mt. 4.13 in su.

Nel caso in cui gli atleti confermati saranno un numero sufficiente da formare un unico gruppo l'inizio della gara sarà alle ore 16:00

- Nei concorsi gli atleti della categoria Cadetti/e avranno a disposizione tre prove eliminatorie e tre prove di finale alle quali accedono i primi 8 atleti della classifica dopo le tre prove eliminatorie; nel salto in alto ogni atleta avrà a disposizione 3 prove per ogni misura.

PROGRESSIONI:

Uomini

ALTO C/i: 1.25-1.30-1.35-1.40-1.45-1.50-1.53-1.56 poi di 2 cm in 2 cm

ASTA C/i: 3.00 – 3.05 – 3.10- 3.15- 3.20 poi di 5 cm in 5 cm

Donne

ALTO C/e: 1.15-1.20-1.30-1.35-1.40-1.43-1.46-1.49 poi di 2 cm in 2 cm

ASTA C/e: 1.80-1.90-2.00-2.10-2.20-2.30-2.40-2.50 poi di 5 cm in 5 cm