



FEDERAZIONE ITALIANA  
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale **PUGLIA**

**CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI JUNIOR E PROMESSE SU PISTA  
MOLFETTA - stadio "M. S. COZZOLI" - 13 e 14 luglio 2024**

Rappresentante FIDAL Puglia: Antonio Ferrara  
Responsabile Struttura Tecnica: Catalano Antonio  
Speaker: Lagatta - De Mattia

**Orario gare DEFINITIVO - sabato 13 luglio**

Ore	Junior M	Junior F	Promesse M	Promesse F
16:00	Termine conferma iscrizioni - Ritrovo giurie e concorrenti			
16:45		Martello - Alto		Martello - Alto + Ass
16:50		100 hs (0,84)		100 hs (0,84) + Ass
17:00		Triplo		Triplo + Ass
17:05	110 hs (1,00)			
17:20		100		
17:25				100
17:30				100 Ass
17:45	Disco (1,75 kg)		Disco (2 kg) + Ass	
17:50	100			
18:00			100	
18:10			100 Ass	
18:15	Triplo		Triplo + Ass	
18:25		400		
18:30				400
18:35				400 Ass
18:40	400			
18:50			400	
18:55			400 Ass	
19:00				Peso Ass
19:10		1500		1500 + Ass
19:20	Giavellotto - 1500		Giavellotto + Ass - 1500	
19:30			1500 Ass	
19:40		3000 st (0,76)		3000 st (0,76) Ass
19:45			Asta Ass	
20:00	3000 st (0,91)		3000 st (0,91)	
20:15				4x100 Ass
20:20			4x100 Ass	

**Orario gare DEFINITIVO - domenica 14 luglio**

Ore	Junior M	Junior F	Promesse M	Promesse F
16:00	<b>Termine conferma iscrizioni - Ritrovo giurie e concorrenti</b>			
16:45	Martello (6 kg)		Martello (7,260 kg) + Ass	
16:50		400 hs (0,76) - Lungo		400 hs (0,76) Ass - Lungo + Ass
17:00	Alto		Alto + Ass	
17:05	400 hs (0,91)		400 hs (0,91) + Ass	
17:20		200		
17:25				200
17:30				200 Ass
17:45	200			
17:55			200	
18:00		Disco		Disco + Ass
18:05			200 Ass	
18:25		800		800 + Ass
18:30	800		800	
18:40			800 Ass	
18:45	Lungo		Lungo	
18:50		5000		5000
19:00				
19:15	5000	Giavellotto	5000 + Ass	Giavellotto + Ass
19:35				4x400 Ass
19:30	Peso (6 kg)		Peso (7,260 kg) + Ass	
19:40	4x400			
20:15			Lungo Ass	

**PROGRESSIONI**

ALTO DONNE: 1.25 - 1.30 - 1.33 - 1.36 - 1.39 - 1.42 - 1.45 - 1.48 - 1.51 - 1.54 - 1.56 poi di 2 cm in 2 cm

ALTO UOMINI: 1.50 - 1.55 - 1.60 - 1.65 - 1.70 - 1.75 - 1.80 - 1.83 - 1.86 - 1.89 - 1.92 - 1.94 poi di 2 cm in 2 cm

ASTA: 3.60 - 3.70 - 3.80 - 3.85 - 3.90 - 3.95 poi di 5 cm in 5 cm

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.