

REFERENTI: **Ref. Tecnico e Organizzativo:** Lorenzo Irrera – cell. 371.3501017

Ref. Iscrizioni: Luigi Botticelli – cell. 335.7624042 – EMAIL: iscrizioni@fidallazio.it

1 Giornata - ORE 12:45 – RITROVO			
ORA	ALLIEVI	ALLIEVE	CADETTI
13:50		Martello 8	100Hs (h. 0,84)
14:10			Salto in Lungo
15:20			Giavellotto
16:00	110Hs open J/P/S (1,06)		
16:15	Disco	100Hs 7	
16:30	100mt open J/P/S	Salto Triplo 10	
16:40			Salto in Alto
17:00		100mt open J/P/S e Getto del Peso	
17:30	400mt open J/P/S		
17:45	Giavellotto	400mt open J/P/S	
18:00	2000st		
18:20		Salto in Alto open J/P/S e 2000st	
18:40	4x100mt e Salto Triplo		
18:45		4x100mt	Disco
19:00	1500mt open J/P/S		
19:10		1500mt open J/P/S	
19:20	Marcia – 5 Km	Marcia – 5 Km	
19:50			1000mt

2 Giornata - ORE 12:00 – RITROVO			
ORA	ALLIEVI	ALLIEVE	CADETTE
13:00		Salto con l'Asta	
14:00	Martello		80hs
14:20			Salto in Alto
15:00	Salto con l'Asta open J/P/S		
15:20		Salto in Lungo	
15:30	400Hs open J/P/S	Disco	
15:50		400Hs open J/P/S	
16:10	200mt open J/P/S		
16:40	Salto in Alto <u>open J/P/S</u>	200mt open J/P/S	Salto in Lungo
16:50		Giavellotto	
17:30	800mt open J/P/S		
17:50	Peso	800mt open J/P/S	
18:10	Salto in Lungo 3000mt	3000mt	Giavellotto
18:30	4x400mt		
18:40		4x400mt	
19:10			600mt