

Campionati Regionali Individuali Master M/F
Riunione Regionale Assoluti M/F + Cadetti/e
Avellino 3 - 4 Settembre

Master M 1° giornata: 100 mt - 400 mt - 1500 mt - 3000 st (35-59) - 2000 st (60 e oltre) - 110 hs (35-49) - 100 hs (50-69) - 80 hs (70 e oltre) - Marcia km 5 - Asta - Triplo - Peso - Martello - 4x100 mt

Master F 1° giornata: 100 mt - 400 mt - 1500 mt - 2000 st (35 e oltre) - 100 hs (35-39) - 80 hs (40 e oltre) - Marcia km 5 - Asta - Triplo - Disco - Giavellotto - Martello con maniglia corta - 4x100 mt

Assoluti M 1° giornata: 100 mt - 400 mt - 1500 mt - 3000 st - 110 hs - Marcia km 5 - Asta - Triplo - Peso - Martello

Assoluti F 1° giornata: 100 mt - 400 mt - 1500 mt - 3000 st - 100 hs - Marcia km 5 - Asta - Triplo - Disco - Giavellotto

Cadetti 1° giornata: Asta

Ore 14.30	ritrovo Giurie e concorrenti conferma gare fino alle 15.25		
Ore 15.15	110hs Ass M	Martello maniglia corta MF	Asta (tutte le categorie)
Ore 15.25	100hs A/e		
Ore 15.35	100 MM	Martello MM + Ass M	
Ore 15.45	100 Ass M		
Ore 16.00	100 MF		
Ore 16.05	100 Ass F		
Ore 16.10	1500 MM		Triplo (varie battute)
Ore 16.20	1500 Ass M		
Ore 16.30	1500 MF + Ass F		
Ore 16.40	400 MM	Disco MF + Ass F	
Ore 16.50	400 Ass M		
Ore 17.00	400 MF		
Ore 17.05	400 Ass F		
Ore 17.10		Peso MM + Ass M	Giavellotto MF
Ore 17.20	2000st MM (60+)		
Ore 17.40	3000st Ass M		
Ore 18.00			
Ore 17.50	4x100 MM		
Ore 18.00	Marcia km 5 MM/MF + Ass M/F		

Uomini MM 2° giornata: 200 mt - 800 mt - 5000 mt - 400 hs (35-59) - 300 hs (60-79) - 200 hs (80 e oltre) - Alto - Lungo - Martello con maniglia corta - Disco - Giavellotto - 4x400 mt
Donne MF 2° giornata: 200 mt - 800 mt - 5000 mt - 400 hs (35-49) - 300 hs (50-69) - 200 hs (70 e oltre) - Alto - Lungo - Martello - Peso - 4x400 mt
Assoluti M 2° giornata: 200 mt - 800 mt - 5000 mt - 400 hs - Alto - Lungo - Disco - Giavellotto
Assoluti F 2° giornata: 200 mt - 800 mt - 5000 mt - 400 hs - Alto - Lungo - Martello - Peso
Cadette 2° giornata: 300hs - Peso

Ore 14.30	ritrovo Giurie e concorrenti conferma gare fino alle 15.25			
Ore 15.15	400hs MM + Ass M	Martello maniglia corta MM	Alto MF +Ass F	Lungo MM + Ass M
Ore 15.25	300hs Ce			
Ore 15.35	200 MM	Martello MF		
Ore 15.45	200 Ass M			
Ore 16.00	200 MF	Disco MM + Ass M	Alto MM + Ass M	
Ore 16.05	200 Ass F			
Ore 16.10	800 MM			
Ore 16.15	800 Ass M			Lungo MF + Ass F
Ore 16.20	800 MF			
Ore 16.25	800 Ass F			
Ore 16.30	5000 MM (Accrediti Peggiori + MF)			
Ore 17.00	5000 MM (seconda serie)			Peso MF + Ass F
Ore 17.30	5000 Ass M + F	Giavellotto MM + Ass M		
Ore 17.40				
Ore 18.00	4 x 400 MM			
Ore 18.15	4 x 400 MF			

Le iscrizioni online si chiuderanno mercoledì 31 agosto alle ore 24.

Cronometraggio elettrico.

Gli atleti della categoria Assoluti M/F partecipano alle gare con distanze e attrezzi previsti per la propria categoria.

Gli atleti della gara di Salto Triplo devono comunicare, all'atto della conferma, la preferenza sull'asse di battuta tra quelle previste dal regolamento. Solo dopo la chiusura delle conferme sarà comunicato l'ordine di stacco.

Gli atleti devono confermare la propria presenza entro e non oltre un'ora dalla gara.

L'orario potrà subire variazioni in base al numero atleti confermati.