

**C.d.S. Cadetti 2° fase
Avellino - Campo CONI
Sabato 22 Ottobre 2022**

Cadetti/e : 300hs - 80 - 1000 - 1200 st - Asta - Lungo - Martello - Disco - 4x100
Assoluti Donne: Disco
Ragazzi/e: 300
Eso 10 M/F : 200 mt con partenza in linea

Ore 15,15	Ritrovo Giurie e concorrenti		
Ore 15.45		Martello C/i + C/e	Asta C/e
Ore 16,15	300 hs C/i		Lungo C/e
Ore 16,25	80 C/e		
Ore 16,35	80 C/i		
Ore 16,40		Disco C/i + C/e + Disco F	
Ore 16,50	300 R/e		
Ore 17,00	300 R/i		
Ore 17,10	200 Eso 10 F		Lungo C/i
Ore 17,15	200 Eso 10 M		
Ore 17,20	1000 C/e		
Ore 17,30	1000 C/i		
Ore 17,50	1200 st C/e + C/i		
Ore 18,00	4x100 C/e		
Ore 18,10	4x100 C/i		

**C.d.S. Cadetti/e 2° fase
Salerno - Stadio Vestuti
Domenica 23 Ottobre 2022**

**Cadetti/e : 80/100hs - 300 - 2000 - Triplo - Alto - Peso - Giavellotto - Marcia Km 3 / Km 5
Assoluti Uomini: Giavellotto**

Ritrovo Giurie e Concorrenti Ore 14,45				
Ore 15,15				Alto C/i
Ore 15,30		Giavellotto C/i + M		
Ore 15,50			Triplo C/e + C/i 7 mt	
Ore 16,00	80 hs C/e			
Ore 16,10	100 hs C/i		Triplo C/e + C/i 9 mt	
Ore 16,20	300 C/e	Giavellotto C/e		Alto C/e
Ore 16,30	300 C/i			
Ore 16,40	2000 C/e + C/i			
Ore 16,50	Marcia km 3 + km 5	Peso C/e	Triplo C/i 11 mt	
Ore 17,10		Peso C/i		

Si ricorda che il programma potrà subire variazioni in base al numero di confermati.

Il cronometraggio sarà manuale.

Gli atleti Assoluti M/F che gareggeranno nelle gare di Disco e Giavellotto lanceranno con gli attrezzi previsti per la propria categoria.

CdS Cadetti/e:

Ogni atleta potrà partecipare al massimo a 2 gare individuali nell'arco della manifestazione più la staffetta.

Nei concorsi i Cadetti/e effettueranno 4 prove ciascuno come da R.T.I.

Nel Salto Triplo è previsto l'asse di battuta da 7, 9 o 11 metri. Si prega di comunicare in sede di conferma la propria preferenza.

Prog. Asta C/i + C/e: 1,80 - 1,90 - 2,00 di 10 cm in 10 cm fino a 2,50 m poi di 5 cm in 5 cm

Prog. Alto C/i : 1,35 - 1,45 - 1,50 - 1,55 - di 3 cm in 3 cm fino ad 1,93 e poi di 2 cm in 2 cm

Prog. Alto C/e: 1,20 - 1,30 - 1,35 - 1,40 - 1,43 - 1,46 - 1,49 poi di 2 cm in 2 cm