

<p style="text-align: center;">IL CRITERIUM DELL'ESORDIENTE Esordienti 5-8-10 Domenica 23 aprile 2023 – SALERNO Stadio Vestuti</p>

Programma Tecnico

Esordienti 5 maschile e femminile: percorso motorio
Esordienti 8 maschile e femminile: percorso motorio - 50
Esordienti 10 maschile e femminile: 50hs – 600 - lungo - vortex

Programma orario

Ore 09.00	Ritrovo		
Ore 10.00	Percorso motorio sul prato EM 5 maschili e femminili - a seguire EM 8		
Ore 10.00	50hs EF 10	Vortex EM 10	Lungo EF 10
Ore 10.30	50hs EM 10		
Ore 11.00	600 EF 10	Vortex EF 10	Lungo EM 10
Ore 11.15	600 EM 10		
Ore 11.30	50 EF 8		
Ore 12.00	50 EM 8		

Ogni atleta può partecipare al massimo a due gare (due gare di corsa oppure una gara di corsa ed un concorso).

Nel salto in lungo e nel vortex ogni atleta avrà a disposizione tre prove.

m. 50 piani (con partenza in piedi)

m. 50 ostacoli (con partenza in piedi) (5 hs da cm 50 – distanze:12,00-7,00-7,00-7,00-10,00)

salto in lungo (con battuta libera in area delimitata di 1 m x 1,22 m). Il salto sarà misurato dall'impronta lasciata in quest'area nel punto più vicino alla zona di caduta o dal bordo dell'area delimitata se l'atleta stacca prima.