

SABATO 14 GIUGNO - DONNAS (Stadio Crestella) - CDS ASSOLUTO - 2^a FASE - 1^a GIORNATA

ritrovo ore 14.00 - conferma iscrizioni 1h prima di ogni gara

Programma Tecnico

Donne: 100 - 400 - 1500 - 3000 siepi - 100 hs - alto - triplo - peso - martello - marcia 5 km - 4x100

Uomini: 100 - 400 - 1500 - 110 hs - 3000 siepi - asta - triplo - disco - giavellotto - marcia 10 km - 4x100

Orario gare previsto

ore 15.30: 100 hs F - alto F - triplo M - asta M - disco M

ore 15.45: 110 hs M

ore 16.00: 100 F

ore 16.20: 100 M

ore 17.00: 400 F

ore 17.10: 400 M

ore 17.30: 1500 F - peso F - triplo F

ore 17.40: 1500 M - giavellotto M

ore 18.20: 3000 siepi M

ore 18.40: 4x100 F

ore 18.50: 4x100 M

ore 19.00: marcia 5 Km F - marcia 10 Km M

DOMENICA 15 GIUGNO - DONNAS (Stadio Crestella) - CDS ASSOLUTO - 2^a FASE - 2^a GIORNATA

ritrovo ore 14.30 - conferma iscrizioni 1h prima di ogni gara

Programma Tecnico

Donne: 200 - 800 - 5000 - 400 hs - asta - lungo - disco - giavellotto - 4x400

Uomini: 200 - 800 - 5000 - 400 hs - alto - lungo - peso - martello - 4x400

Orario gare previsto

ore 16.00: 400 hs F - alto M - lungo F - asta F - disco F

ore 16.15: 400 hs M

ore 16.30: 200 F

ore 16.50: 200 M

ore 17.20: 800 F

ore 17.30: 800 M - peso M

ore 17.45: 5000 F

ore 18.00: - giavellotto F

ore 18.15: 5000 M

ore 18.30: - lungo M

ore 18.45: 4x400 F

ore 19.00: 4x400 M

nota: nel salto in lungo sono previsti due gruppi di gara, sia femminili, sia maschili. Nel primo gruppo gareggiano gli atleti con le misure inferiori.