

**CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI ASSOLUTI SU PISTA – PREMIO BRUNO AMBUSTO
GARE EXTRA GIOVANILI
Siderno, 7/8 luglio 2018**

**CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI PENTATHLON MASTER
Siderno, 8 luglio 2018**

**NUOVO PROGRAMMA ORARIO
(dopo la chiusura delle iscrizioni)**

7 LUGLIO 2018	SIDERNO	Stadio Raciti		
Ore 15.45	Riunione Giuria e Concorrenti			
Ore 16.30				Martello F
Ore 16.40	80 hs CF	Triplo	M+F	
Ore 16.50	50 m. EM			
Ore 16.55	50 m. EF			Disco M
Ore 17.00	80 m. CM			
Ore 17.05	80 m. CF			
Ore 17.10	400 m. M			
Ore 17.20	400 m. F	Lungo	EM+EF	Peso CM
Ore 17.30	1500 m. M			
Ore 17.40	1500 m. F			
Ore 17.50	300 m. CM	Lungo	CM	
Ore 17.55	300 m. CF			
Ore 18.05	100 m. M			Giavellotto M
Ore 18.15	100 m. F			
Ore 18.20	50 hs EF			
Ore 18.30	Marcia 5000m F			
8 LUGLIO 2018	SIDERNO	Stadio Raciti		
Ore 09.00	Riunione Giuria e Concorrenti			
Ore 09.40		Alto	RM+RF	Martello All+Pentalanci MM+MF
Ore 10.00	5000 m. M/F			
Ore 10.25				Peso M+Pentalanci MM+MF
Ore 10.45	400 hs M	Lungo	M+F	
Ore 10.55	800 m. M			
Ore 11.05	800 m. F			
Ore 11.15	2000 m. CM			Disco Pentalanci MM+MF
Ore 11.25	200 m. M			
Ore 11.35	200 m. F			
Ore 11.45	60 m. RF			
Ore 12.00				Giavellotto RM+CM+Pentalanci MM+MF
Ore 12.45				Martellone Pentalanci MM+MF