

**TEST ALLENAMENTO CONTROLLATO (TAC)**  
**3^ MANIFESTAZIONE REGIONALE**  
*Reggio Calabria, 12 Agosto 2020*

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

<b>ORE 16.15 RIUNIONE GIURIA E CONCORRENTI PER DISCO</b>		
<b><u>ORE 17.00 RIUNIONE GIURIA E CONCORRENTI ALTRE GARE</u></b>		
<b>MASCHILI</b>	<b>ORARIO</b>	<b>FEMMINILI</b>
	<b>GARE</b>	
DISCO CM-ALL/ASS/MAS M	<b>17.00</b>	
<u>300 HS CM</u>	<b>17.45</b>	
	<b>17.50</b>	<u>300 HS CF</u>
1000 RM	<b>18.00</b>	
	<b>18.10</b>	<u>1000 RF</u>
<u>VORTEX RM</u>	<b>18.20</b>	<u>VORTEX RF</u>
200 ALL/ASS/MAS M - 1^ serie	<b>18.20</b>	
200 ALL/ASS/MAS M - 2^ serie	<b>18.24</b>	
200 ALL/ASS/MAS M - 3^ serie	<b>18.28</b>	
	<b>18.32</b>	<u>200 ALL/ASS/MAS F - 1^ serie</u>
	<b>18.36</b>	<u>200 ALL/ASS/MAS F - 2^ serie</u>
	<b>18.40</b>	<u>200 ALL/ASS/MAS F - 3^ serie</u>
<u>2000 CM</u>	<b>18.45</b>	
	<b>18.55</b>	<u>2000 CF</u>
TRIPLO MAS M	<b>19.00</b>	
	<b>19.05</b>	<u>MARCIA 2000m RF</u>
<u>5000 ALL/ASS/MAS M - 1^ serie</u>	<b>19.15</b>	
<u>5000 ALL/ASS/MAS M - 2^ serie</u>	<b>19.45</b>	
<u>5000 ALL/ASS/MAS M - 3^ serie</u>	<b>20.15</b>	
<u>5000 ALL/ASS/MAS M - 4^ serie</u>	<b>20.45</b>	
	<b>21.15</b>	<u>5000 ALL/ASS/MAS F</u>

*Le variazioni di orario sono contrassegnate in rosso*

*Gli atleti partecipanti alle gare di corsa entreranno in pista 5' prima della propria serie, secondo la start list pubblicata*

*Gli atleti partecipanti alle gare di concorso entreranno in pedana 25' prima dell'inizio della propria gara*