

Avellino Campo Coni Sabato 5 giugno

Programma tecnico Uomini Marcia 10 Km -400 hs-200-800 -Lungo-Alto -Peso-Mart.- 4x400
Programma tecnico Donne Marcia 5 Km-400hs-200-800--Martello-Lungo-Disco- -4x400
 master gli allievi e gli Junior gareggiano con gli attrezzi e progressioni previste per le proprie categorie.

Master M/F Marcia 3 Km

Marcia A/i - A/e 5 KM

Cadetti M/F 200 - 4x100

Delegato Tecnico Daniela Caso; Rappresentante dei Tecnici e-Organizzativo Santamaria Massimo Audia Giambattista

Si ricorda a tutti i partecipanti di confermare entro 1 ora della propria gara pena dalla stessa ad eccezione delle gare di Ostacoli Martello M Alto M e Lungo Master M-F che dovranno confermare entro le ore 15,15

Sabato 5 giugno				
Ritrovo Giurie e Concorrenti Ore 15,00	Ostacoli e Martello M e Alto M Lungo Master M-F	Ore 15,15 termine conferma gare Ostacoli e Martello M e Alto M Lungo Master M-F		
Ore 15,40	400 hs F	Mart M	Alto M	Lungo Master M-F
Ore 15,50	400 hs M			
Ore 16,00	200 F			
Ore 16,20	200 M			
Ore 16,50	200 C/e			Lungo M
Ore 17,00	200 C/i	Mart F		
Ore 17,20	800 F			
Ore 17,30	800 M		Peso M	
Ore 17,50	Marcia 10 Km M- 5 Km F+ A/i A/e 3 Km Master M-F	Disco F		
Ore 18,00	Staffetta 4x100 Cadetti - Cadette Corsie esterne Manuale			Lungo F
Ore 18,50	Staffetta 4x400 F			
Ore 19,05	Staffetta 4x400 M			