

PROGRAMMA ORARIO DEFINITIVO

CdS ASSOLUTO SU PISTA - Fase Regionale

SALERNO 31 MAGGIO - 1 GIUGNO 2019

Norme di partecipazione e di qualificazione (vedi regolamento nazionale)

Programma tecnico della Fase Regionale

Gare maschili

1. Giornata: 100-400-1500-3000St-110hs
4x100-Asta-Triplo-Disco-Giavellotto
Marcia Km 10

2. Giornata: 200-800-5000-400hs-4x400-
Alto-Lungo-Peso-Martello.

Gare Extra: 110hs junior maschile

Gare femminili

1. Giornata: 100-400-1500-3000St- 100hs
4x100- Alto-Triplo-Peso-Martello-
Marcia Km 5

2. Giornata: 200-800-5000-400hs-4X400-
Asta-Lungo-Disco-Giavellotto.

Programma orario 1^ giornata – VENERDI' 31 MAGGIO:

14.45	Ritrovo		
16.00	100 hs F	Asta M	Martello F
16.10	110 hs Junior M (gara extra)		
16.15	110 hs M		
16.30	100 F		Giavellotto M
16.40	100 M		
17.10	400 F	Triplo M - Alto F	
17.20	400 M		
17.40	1500 F		Disco M
17.50	1500 M		
18.10	3000 st M	Triplo F	Peso F
18.30	4x100 M		
18.45	4x100 F		
18.55	Marcia 5 km F + 10 km M		

Programma orario 2^ giornata SABATO 1 GIUGNO:

14.00	Ritrovo		
15.00		Lungo F	Martello M
16.00	400 hs F	Alto M -	
16.15	400 hs M		Disco F
16.30	200 F	Asta F	
16.45	200 M		
17.00			Giavellotto F
17.30	800 F	Lungo M	
17.40	800 M		Peso M
18.00	5000 F + 5000 M		
18.30	5000 M (eventuale 2^ serie)		
18.55	4x400 F**		
19.00	4x400 M**		

Norme di partecipazione e di qualificazione (vedi regolamento nazionale)

I dirigenti di società dovranno comunicare eventuali sostituzioni entro e non oltre **60 minuti** prima dall'inizio di ogni gara.

Sarà possibile iscrivere atleti direttamente sul campo di gara entro e non oltre **90 minuti** prima dall'inizio di ogni gara previo il pagamento di una penale di € 5,00 per atleta/gara.

Ogni atleta dovrà confermare la presenza entro 60 minuti dall'inizio della propria gara.

Gli atleti non confermati saranno depennati dalla start list.

Gli atleti confermati dovranno essere presenti in camera di appello secondi i tempi previsti dalle norme federali.

Gli atleti confermati ma assenti alla chiamata in camera d'appello, saranno automaticamente esclusi da tutte le successive gare della manifestazione (prima e seconda giornata).

****L'orario delle staffette 4x400 potrà essere anticipato nel caso in cui non si dovesse svolgere la seconda serie dei metri 5000 maschile.**