

CDS CADETTI-CADETTE RAGAZZI-RAGAZZE 2 FASE
CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE CADETTI/E
ORVIETO 14-15 Settembre 2019
Organizzazione ATL. LIBERTAS ORVIETO

Programma tecnico: **1ª Giornata Sabato 14 Settembre 2019**

Ragazzi 60 - 60hs - 1000 - Vortex - Marcia 2 Km- 4 x100
Ragazze 60 - 60hs - 1000 - Alto - Peso - Marcia 2 Km- 4 x100
Cadetti 80 - 100 hs – 1000 –1200 St -Asta – Triplo – 4x100 – Disco 1,5 kg – Giavel. gr 600 - Marcia 5 Km
Cadette 80 - 80 hs – 1000 – 1200 St - Alto – Triplo – 4x100 – Peso 3 kg - Martello kg 3 - Marcia 3 K
AJPSM M/F 100 – 200 – 400 – 800 - 1500
Allievi/e Lungo – Alto – Giavellotto – Disco

PROGRAMMA ORARIO - SABATO 14 Settembre 2019

MASCHILE			FEMMINILE	
Ritrovo Giurie e Concorrenti		15.00	Ritrovo Giurie e Concorrenti	
Termine ultimo per le variazioni		15.15	Termine ultimo per le variazioni	
		15.30	60 Hs R	
	60 Hs R	15.40		
Martello C	Asta C	15.40	Martello C	
		15.55	80 Hs C	
	100 Hs C	16.10		
		16.25	60 R	
	60 R	16.35		
		16.40	80 C	
	80 C	16.45	Triplo C	
		16.55	100 Ass	
100 Ass	Giav. C – A Vortex R	17.05		
		17.15	400 Ass	
400 Ass		17.20		
		17.35	1000 R - C	Alto C-R - A
	1000 R - C	17.45		
	Triplo C	17.55	Peso C	Peso R
		18.00		1200 St C
1200 St C		18.10		
1500 Ass	Disco C - A	18.20		1500 Ass
Marcia 5 Km C	Marcia 2 Km R	18.30	Marcia 2 Km R	Marcia 3 Km C
		19.00	4x100 R	4 x 100 C
4 x 100 R	4 x 100 C	19.15		

Iscrizione preventive obbligatorie utilizzando la procedura Iscrizione Online-Sezione Servizi OnLine del sito federale www.fidal.it entro il 12 Settembre ore 22.00

Iscrizione € 3,00 Atleta gara € 5,00 Staffette
 Iscrizione in ritardo o il giorno della gara € 6,00

N:B: Per il CDS Ragazzi/e si comunica che pur essendo in due giornate gli atleti potranno partecipare al massimo a due gare (1 Gara individuale + 1 staffetta – 2 gare individuali o 2 staffette)

CDS CADETTI-CADETTE RAGAZZI-RAGAZZE 2 FASE
CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE CADETTI/E
ORVIETO 14-15 Settembre 2019
Organizzazione ATL. LIBERTAS ORVIETO

Programma tecnico: **2ª Giornata Domenica 14 Settembre 2019**

Ragazzi Lungo - Alto - Peso -3 x 800

Ragazze Lungo - Vortex – 3 x 800

Cadetti 300hs – 300 – 2000 - Alto – Lungo – 3x1000 – Peso 4 kg - Martello kg 4

Cadette 300hs – 300 – 2000 - Asta – Lungo – 3x1000 – Disco 1 kg - Giavellotto gr 400

AJPSM M/F 100 – 200 – 400 – 800 - 1500

Allievi7e Lungo – Alto – Giavellotto – Disco

PROGRAMMA ORARIO – 16 Settembre 2018

MASCHILE		ORA	FEMMINILE	
Ritrovo Giurie e Concorrenti		09.00	Ritrovo Giurie e Concorrenti	
Termine ultimo per le variazioni		09.30	Termine ultimo per le variazioni	
		10.00	Asta C	
		10.00		300 Hs C
	300 Hs C	10.05		
Lungo C- AJPSM	Lungo R	10.15		300 C
	300 C	10.25		
		10.35	200 Ass	
200 Ass		10.45		
2000 C		10.40	2000 C	
Alto C - A	Alto R	10.45		
		10.50	800 Ass	
	800 Ass	11.00		
Peso C- R		10.50	Giavellotto C - A	Vortex R
		11.15	3 x 800 R	
		11.20	Lungo C- AJPSM	Lungo R
	3 x 800 R	11.25		
		11.35	Disco C - A	
3 x 100 C		11.40	3 x 1000 C	

Iscrizione preventive obbligatorie utilizzando la procedura Iscrizione Online-Sezione Servizi OnLine del sito federale www.fidal.it entro il 12 Settembre ore 22.00

Iscrizione € 3,00 Atleta gara € 5,00 Staffette

Iscrizione in ritardo o il giorno della gara € 6,00

N:B: Per il CDS Ragazzi/e si comunica che pur essendo in due giornate gli atleti potranno partecipare al massimo a due gare (1 Gara individuale + 1 staffetta – 2 gare individuali o 2 staffette)