

Orario gare DEFINITIVO - sabato 13 aprile

Ore	Decathlon JPS M	Eptathlon JPS F	Decathlon Allievi	Eptathlon Allieve	Gare di contorno
14:30	Termine conferma iscrizioni - Ritrovo giurie e concorrenti				
15:30		100 hs		100 hs	
15:50	100	Alto	100	Alto	
16:00					
16:05	Lungo		Lungo		100 U
16:30					110 hs Ai
16:45		Peso		Peso	200 F
17:00	Peso		Peso		Lungo U
17:30					400 U
18:00	Alto		Alto		Peso U/F
18:30		200		200	
19:15	400		400		

Orario gare DEFINITIVO - domenica 14 aprile

Ore	Decathlon JPS M	Eptathlon JPS F	Decathlon Allievi	Eptathlon Allieve	Gare di contorno
14:30	Termine conferma iscrizioni - Ritrovo giurie e concorrenti				
15:30	110 hs		110 hs		
16:00	Disco	Lungo	Disco	Lungo	
16:30					400 hs U/F
16:45					Lungo F
17:00	Asta	Giavellotto	Asta	Giavellotto	800 F
17:15					1500 U
17:45		800		800	Disco U
18:30	Giavellotto		Giavellotto		
19:15	1500				
19:30			1500		

Per la prima gara in programma delle prove multiple e per tutte le gare di contorno, gli atleti dovranno presentarsi in camera d'appello, situata nei pressi della partenza dei 100 mt per l'accesso al campo secondo le seguenti modalità:

- 20 minuti prima per le gare di corsa;
- 30 minuti prima per i concorsi.

Progressioni: Alto A/i: 1.14-1.17-1.20-1.23-1.26-1.29-1.32-1.35 quindi di 3 cm in 3 cm

Alto J/S: 1.41-1.43-1.46-1.49-1.52-1.55 quindi di 3 cm in 3 cm

Alto A/e; 1.11-1.14-1.17-1.20-1.23 quindi di 3 cm in 3 cm

Alto J/P/S F:1.20-1.23-1.26-1.29-1.32 quindi di 3 cm in 3 cm

Asta A/i: 2.00-2.10-2.20-2.30 quindi di 10 cm in 10 cm

Asta J/P/S M: 2.20-2.30-2.40-2.50 quindi di 10 cm in 10 cm