



RIEPILOGATIVO PENALTY ZONE

DATA

LOCALITÀ

GARA

MANIFESTAZIONE

Pr.	Pettorale	Orario Entrata			Orario Uscita			Durata
		hh	mm	ss	hh	mm	ss	
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								

IL GIUDICE

RIEPILOGO PENALITA'		
Per gare fino a	5000m	30 secondi
Per gare fino a	10000m/10km	1 minuto
Per gare fino a	20000m/20km	2 minuti
Per gare fino a	30000m/30km	3 minuti
Per gare fino a	35000m/35km	3 minuti e 30 secondi
Per gare fino a	40000m/40km	4 minuti
Per gare fino a	50000m/50km	5 minuti