

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI ASSOLUTI SU PISTA – PREMIO BRUNO AMBUSTO
GARE EXTRA RAGAZZI/E-CADETTI/E
Siderno, 13/14 luglio 2019

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI PENTATHLON LANCI MASTER
Siderno, 14 luglio 2019

CAMPIONATO REGIONALE DI STAFFETTE ESO/RAG/CAD
Siderno, 14 luglio 2019

VARIAZIONE PROGRAMMA ORARIO
(dopo la chiusura delle iscrizioni)

13 LUGLIO 2019	SIDERNO	Stadio Raciti		
Ore 16.30	Riunione Giuria e Concorrenti			
Ore 17.00				Martello F
Ore 17.20	400 m. M			
Ore 17.30	400 m. F	Triplo	M	
Ore 17.40	1500 m. M			Peso CM
Ore 17.50	1500 m. F			
Ore 18.00	80 m. CM			
Ore 18.10	80 m. CF			Giavellotto CF+RM
Ore 18.20	100 m. M	Lungo	CM	
Ore 18.30	100 m. F			
Ore 18.40	Marcia Km 10-5-3-2 M+F+CM+CF+RF			
14 LUGLIO 2019	SIDERNO	Stadio Raciti		
Ore 15.10	Riunione Giuria e Concorrenti Pentathlon Lanci			
Ore 15.50				Martello Pentalanci MM+MF
Ore 16.00	Riunione Giuria e Concorrenti altre gare			
Ore 16.40				Peso Pentalanci MM+MF
Ore 16.50	800 m. M	Alto	M+CM	
Ore 17.00	800 m. F			
Ore 17.10	300 m. CM			
Ore 17.15	300 m. CF			
Ore 17.20	1000 m. RM+RF			
Ore 17.30	200 m. M	Lungo	M	Disco Pentalanci MM+MF
Ore 17.40	200 m. F			
Ore 17.50	50 m. Eso10 M/F			
Ore 17.55	40 m. Eso 8 M/F			
Ore 18.05	60 HS RM			
Ore 18.10	60 HS RF			
Ore 18.20	4x100 CF			Giavellotto Pentalanci MM+MF
Ore 18.30	4x100 RM+RF			
Ore 18.40	3x800 RM+RF			
Ore 18.55	5000 m. M/F			
Ore 19.10				Martellone Pentalanci MM+MF