

**TEST ALLENAMENTO CERTIFICATO (TAC)
5^ MANIFESTAZIONE REGIONALE
Reggio Calabria, 5 settembre 2020**

**VARIAZIONE PROGRAMMA ORARIO
(dopo la chiusura delle iscrizioni)**

Aggiornato alle variazioni dei documenti FIDAL sulla ripartenza dell'attività agonistica – 3 settembre 2020

| ORE 15.45 RIUNIONE GIURIA E CONCORRENTI PER DISCO | | |
|-----------------------------------------------------------|------------------------|------------------------------|
| ORE 16.15 RIUNIONE GIURIA E CONCORRENTI ALTRE GARE | | |
| MASCHILI | ORARIO GARE | FEMMINILI |
| DISCO ALL/ASS/MAS M | 16.30 | |
| 300 HS CM | 17.00 | |
| 300 RM | 17.10 | |
| | 17.15 | 300 RF |
| LUNGO RM | 17.20 | LUNGO RF |
| 200 ALL/ASS/MAS M – 1^ serie | 17.20 | |
| 200 ALL/ASS/MAS M – 2^ serie | 17.25 | |
| | 17.30 | 200 ALL/ASS/MAS F – 1^ serie |
| | 17.35 | 200 ALL/ASS/MAS F – 2^ serie |
| 1000 CM | 17.40 | 1000 CF |
| 1000 RM | 17.45 | 1000 RF |
| MARCIA 5000m AVI | 17.55 | MARCIA 3000m CF+2000m RF |
| LUNGO CAD/ALL/ASS/MAS M | 18.30 | LUNGO ALL/ASS/MAS F |
| | 18.30 | 200HS RF |
| 150 EM10- EM8 | 18.35 | |
| | 18.38 | 150 EF10- EF8 |
| PESO CAD/ALL/ASS/MAS M | 18.40 | |
| 150 RM – 1^ serie | 18.41 | |
| 150 RM – 2^ serie | 18.44 | |
| | 18.47 | 150 RF |
| | 18.50 | 800 ALL/ASS/MAS F |
| 800 ALL/ASS/MAS M | 18.55 | |
| | 19.05 | 3000 ALL/ASS/MAS F |
| 3000 ALL/ASS/MAS M – 1^ serie * | 19.25 | |
| 3000 ALL/ASS/MAS M – 2^ serie * | 19.45 | |

***Per i 3000 metri Maschili essendo 13 gli atleti iscritti, se i confermati saranno max 12 verrà svolta un'unica serie alle ore 19.25**

Gli atleti partecipanti alle gare di corsa entreranno in pista 5' prima della propria serie, secondo la start list pubblicata

Gli atleti partecipanti alle gare di concorso entreranno in pedana 25' prima dell'inizio della propria gara