

Campionati Regionali Individuali Master M/F
Recupero Campionati Regionali J/P
Gare di Contorno Allievi Assoluti M/F
Napoli (Virgiliano)
Sabato 25 Settembre 2021

UOMINI 1^GIORNATA: 100mt-400mt-1500mt-3000st (35/59)-2000st (60ed oltre) -110 hs (35/49)-100 hs (50/69)-80 hs (70 ed oltre)-Marcia 5 KM-asta-triplo- peso-martello-staffetta 4x100mt.
DONNE 1^ GIORNATA: 100mt-400mt-1500mt-2000st (35 ed oltre) -100 hs (35/39)-80 hs (40 ed oltre)-marcia 5 KM - asta -lungo -disco-giavelotto-martello con maniglia corta -staffetta 4x100mt.

Programma tecnico 1^ Giornata A/J/P/S/ M 110 hs- 100- 400-1500- 3000st - Asta - Triplo - Giav - Disco -
Programma Tecnico 1^ Giornata A/J/P/S F 100 hs -100-400-1500-3000st-Alto-Lungo - Peso-Martello-
 Le gare Junior e Promesse sono valide come Campionato Regionale Individuale
 Delegato tecnico Enzo Abate - Responsabile dei tecnici Peppe D'Aponte- Responsabile organizzativo Luigi Sabato

Ore 14,30	Ritrovo Giurie e Concorrenti		
Ore 15,15	110 hs A/i	Mart. Man.Corta Master F	
Ore 15,30	100 hs M50-69 + 100 hs A/f		Asta Master M + Ass M
Ore 15,45	100 Master F		
Ore 15,50	100 F	Mart.Master M + Ass F	
Ore 15,55	100 Master M		
Ore 16,05	100 Ass M		
Ore 16,20	1500 F		Alto Ass F
Ore 16,30	1500 Master Maschili	Disco Master F + Ass M	
Ore 16,40	1500 Ass M		
Ore 16,50	400 Master F		Triplo Master M
Ore 16,55	400 Ass F		
Ore 17,00	400 Master M		
Ore 17,10	400 Master M		
Ore 17,20	2000 st Master F		Lungo Master F + Ass F
Ore 17,35	3000 st Ass. F		
Ore 17,50	4x100 Master F	Giav Master F + Ass M	
Ore 18,00	Marcia 5 Km M/F		Peso M + Ass F

In data 25 settembre sarà recuperata la 1^ giornata dei Campionati Regionali Individuali Juniores e Promesse

Programma tecnico J/P M 110 hs- 100- 400-1500- 3000st - Asta - Triplo - Giav - Disco -
Programma Tecnico J/P F 100 hs -100-400-1500-3000st-Alto-Lungo - Peso-Martello-
 Le gare saranno aperte anche alle categorie Allievi/e ed Assoluti m/f

Si prega di procedere con le iscrizioni on line (bisogna inserire nuovamente anche quelle già effettuate per i CRI Junior/Promesse)
Iscrizioni entro le ore 24 di mercoledì 22 settembre

**Campionati Regionali Individuali Master M/F
Napoli (Virgiliano)
Domenica 26 Settembre 2021**

UOMINI 2^ GIORNATA: 200mt-800mt-5000mt-martello con maniglia corta-lungo-400 hs (35/59)-300 hs (60/79)-200 hs (80 ed oltre)- alto-disco-giavellotto-staffetta 4x400mt

DONNE 2^ GIORNATA: 200mt-800mt-5000mt-martello-peso- triplo-alto-400 hs (35/49)-300 hs (50/69)-200 hs (70 ed oltre)- staffetta 4x400mt;

Solo Master

Delegato tecnico Enzo Abate - Responsabile dei tecnici Peppe D'Aponte- Responsabile organizzativo Luigi Sabato

Ore 15,00	Ritrovo Giurie e Concorrenti		
Ore 15,45		Mart. Man.Corta M	Alto M/F
Ore 16,00	300 hs M60-79		
Ore 16,10	200 F	Mart F	
Ore 16,20	200 M		
Ore 16,30	800 F		
Ore 16,40	800 M	Disco M	Lungo M
Ore 17,00	5000 M+F		
Ore 17,30	4x400 F	Peso F	Giav M

La gara di Domenica sarà dedicata esclusivamente ai Master