

Campionati Regionali Individuali e di Società di Prove Multiple
Ass/Pro/Jun
Campionati Regionali Individuali e di Società di Prove Multiple Allievi/e
Agropoli 23 – 24 Aprile 2022
Modifiche in rosso - definitivo

Programma Tecnico 1° giornata:
 Decathlon M + J/m + A/i (100-lungo-Peso Alto 400 m)
 Eptathlon F + A/e (100 hs - Alto - Peso - 200 m)
 Gare Contorno: F + A/e - Lungo ped B 100 hs - 4x100 2 turni
 Gare contorno M : 4x100 2 turni - Lungo ped. B

Programma Tecnico 2° giornata:
 Decathlon M + J/m + A/i (110hs-Disco-Asta-Giavellotto-1500 m)
 Eptathlon F + A/e (Lungo - Giavellotto - 800 m)
 Gare Contorno:M+Jm+A/i 110hs 2 turni -100 - 200 - 1500
 Gare Contorno: F+J/f+A/e 100-200-800

Sabato	23 Aprile	1^ Giornata	
ore 13.45	Ritrovo		
	Decathlon Ass + All/i	Eptathlon F + All/e	Contorno
ore 14.30	100		
ore 14.45		m.100hs All/e	
ore 14.50			m.100hs All/e
ore 15.00		m.100hs Ass/e	
ore 15.05	Lungo + CONTORNO		m.100hs Ass/e
ore 15.20			
ore 15.40		Alto A/e Ass/f	4x100 F
ore 15.50			
ore 16.00			4x100 M /Lungo-F
ore 16.20	Peso		
ore 17.00			4x100 F
ore 17.30			4x100 M /Lungo-M
ore 17.45	Alto A/i Ass/m		
ore 18.00		Peso	300 R/i
Ore 18.05			300 R/e
ore 18,10			300 C/i
Ore 18.15			300 C/e
ore 18.50		m.200	
ore 19.30	m.400		

2^ Giornata	Domenica 24	aprile 2022	
ore 12.00	Ritrovo		
	Decathlon Ass + All/i	Eptathlon F + All/e	Contorno
ore 12.40	m.110 hs Ass		
ore 12.50	m.110 hs Jun		
ore 13.00	m.110 hs All/i		
ore 13.30	Disco		
ore 14,30		Lungo + Contorno	
ore 15.00			m.110 hs All/i
ore 15.00	Asta progressioni previste per le manifestazioni regionali di PM		
ore 15.10			110 hs A/i+J 1° turno
ore 15.20		110 hs M 1° turno	
ore 15,45			
ore 16.00		Giavellotto + CONTORNO	100 F
ore 16.15			100 M
Ore 17.00			200 F
Ore 17.25			200 M
ore 17.30			
ore 17.45	Giavellotto + CONTORNO		
ore 18.00		800 + CONTORNO	110 hs M 1° TURNO
Ore 18,10			
Ore 18,20			
ore 18.30			110hs M 2° TURNO
Ore 18.50			1500M
ore 19.00	1500		