



**FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA  
COMITATO REGIONALE MOLISE**

**46° MEMORIAL “ P. MUSACCHIO “  
CAMPOBASSO 16 Settembre 2023**

**PROGRAMMA ORARIO**

Ore	CADETTE	CADETTI
14:00	Ritrovo giurie e concorrenti	
14:30	Martello kg 3	
15:00		Asta - Martello kg 4
15:15	Lungo	
15:30	80 hs - Peso kg 3	
15:45		100 hs
15:50	Disco kg 1	
16:00	80m	
16:10		Lungo
16:15		80m
16:20		Peso kg 4
16:30		Alto
16:35	300 hs	
16:40	Asta	300 HS
16:45		Disco kg 1,5
16:55	300	
17:00		300
17:10	1000	
17:15	Triplo	
17:20		1000
17:30	2000	
17:40	Giavelotto gr 400	2000
17:55	1200 siepi - Alto	
18:05		1200 siepi
18:15		Triplo - Giavelotto gr 600
18:20	3000m Marcia	
18:50		5000m Marcia
19:20	Staffetta 4x100	
19:25		Staffetta 4x100
19:30	PREMIAZIONE RAPPRESENTATIVE	

Le premiazioni individuali vengono effettuate al termine di ogni gara.

**PROGRESSIONI**

Alto Cadetti: 1.61 - 1.64 - 1.67 - 1.70 - 1.72 poi di 2cm in 2cm

Alto Cadette: 1.25 - 1.30 - 1.35 - 1.38 - 1.41 - 1.44 - 1.46 poi di 2cm in 2cm

Asta Cadetti: 2.20 - 2.30 - 2.40 - 2.50 - 2.60 - 2.65 poi di 5cm in 5cm

Asta Cadette: 2.20 - 2.30 - 2.40 - 2.50 - 2.55 poi di 5cm in 5cm