

C.D.S. PISTA MASTERS

Fase Regionale Marche-Abruzzo-Umbria

3^A PROVA 5 CERCHI Ragazzi/Ragazze

Pista d' Atletica Via Leti,82/b Fermo

FERMO 08-09 Giugno 2019

Organizza: **FM003 SPORT ATLETICA FERMO**

Programma Tecnico 1^a giornata: 8 giugno 2019

Master Uomini: 100 - 400 -1500 - alto - triplo - disco- giavellotto - 4x100

Master Donne: 100 - 400 - 1500 - lungo - peso - martello - 4x100

ORARIO GARE

M A S C H I L E		🕒	F E M M I N I L E	
Ritrovo Giurie e Concorrenti		15.00	Ritrovo Giurie e Concorrenti	
Chiusura Variazioni		15.30	Chiusura Variazioni	
		15.35		Martello
Alto		16.00		
		16.20	100	
	100	16.40		
Triplo		16.45		
Disco		16.50		
		17.00	400	
		17.20		
	400	17.40		
Giavellotto		18.00	1500	
	1500	18.20		Lungo
		18.25		Peso
		18.50	4X100	
	4X100	19.00		

C.D.S. PISTA MASTERS

3^A PROVA 5 CERCHI Ragazzi/Ragazze

Pista d' Atletica Via Leti,82/b Fermo
FERMO 08-09 Giugno 2019

Organizza: **FM003 SPORT ATLETICA FERMO**

Programma Tecnico 2^A giornata: 9 giugno 2019

Master Uomini: 200 - 800 - 5000 - 200 hs (cm. 76,2-10 ostacoli) - lungo - peso - martello - 4x400
 Master Donne: 200 - 800 - 3000 - 200 hs (cm. 76,2-10 ostacoli) - alto - triplo - disco - giavellotto 4x400
 Ragazzi/Ragazze: 60-60hs-1000-peso-vortex-lungo-alto-marcia Km 2- 4x100

ORARIO GARE

M A S C H I L E		🕒	F E M M I N I L E	
Ritrovo Giurie e Concorrenti		15.00	Ritrovo Giurie e Concorrenti	
Chiusura Variazioni		15.15	Chiusura Variazioni	
Martello		15.30	60 Re	Triplo
Alto Ri	60 Ri	15.40		
		15.50	60 hs Re	
	60 hs Ri	16.00		Peso Re
Vortex Ri - Lungo		16.15	200 hs	Disco
	200hs	16.25		
		16.35	1000 Re	Alto Re
Peso	1000 Ri	16.50		
		17.05	800	Giavellotto - Lungo Re
	800	17.15		
		17.25	200	
Peso Ri	200	17.35		Alto
	Marcia Ri	17.45	Marcia Re	
Lungo Ri		18.05	3000	Vortex Re
	5000	18.20		
		18.35	4x100	
	4x100	18.40		
		18.50	4X400	
	4X400	19.00		

Norme di Partecipazione:

Regolamenti Master

- Vedi su [Vadedecum 2019 FIDAL Nazionale](#) e Regolamento Regionale Fidal Marche Attività Estiva 2019; in particolare, per ciò che riguarda le norme di accesso al campo, oltre a ricordare che l'accesso da parte degli atleti è previsto esclusivamente dalla call room (opportunamente indicata), si segnala che il GGG ha stabilito che, relativamente alle prime gare in programma orario, alla call room ci si deve presentare minimo 15 minuti, per le altre gare; corse 20 ' – concorsi 30'

Regolamento 5 cerchi

- Vedi su Vadedecum 2019 Fidal Marche pag.30

Tassa Gara : Master M/F €. 3,00 atleta gara €.4,00 per staffetta

Ragazzi/e €.1,00 atleta gara

- **Iscrizioni :** Le iscrizioni dovranno essere effettuate entro le 20,00 di venerdì 07 giugno 2019, nella sezione on-line riservata a ciascuna società.
- Il programma potrà subire variazioni in base agli atleti iscritti