

## CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE SU PISTA MASTER

### 7 PROVA 5 CERCHI CATEGORIA RAGAZZI/E

IMPIANTO SPORTIVO SAN LIBERATO

8-9 settembre 2018

MONTECASSIANO

**Organizzazione: MC041 POLISPORTIVA MONTECASSIANO ASD**

**Programma Tecnico 1^ giornata: 8 settembre 2018**

**Uomini:** 100 - 400 -1500 -110 hs (35/49)-100hs (50-69)-(80hs (70 ed oltre)- marcia Km5-triplo – asta-disco-martello

**Donne:** 100 - 400 - 1500 – 100hs (35-39)- 80hs (40 ed oltre) – marcia Km.5 – triplo – Alto - disco-martello-

**Ragazzi :** 60-Marcia 2 Km-lungo-peso-4X100

**Ragazze:** 60-Marcia 2 Km-alto-vortex-4X100

#### ORARIO GARE

M A S C H I L E		🕒	F E M M I N I L E	
Ritrovo Giurie e Concorrenti		15.15	Ritrovo Giurie e Concorrenti	
Chiusura Variazioni		15.45	Chiusura Variazioni	
Asta		15.50		Martello
		15.55	100/80hs	
Martello-Triplo	110/100/80hs	16.05		Alto
		16.15	60R	
Peso R (2 pedana)	60R	16.30		
		16.35		Disco
		16.45	100	
	100	17.00		Alto R- Triplo
Disco		17.10	400	
	400	17.20		
		17.30	1500	
Lungo R	1500	17.40		Vortex
	Marcia 2Km R	17.50	Marcia 2Km R	
		18.05	4X100 R	
	4X100 R	18.20		
	Marcia 5 Km	18.30	Marcia 5 Km	

#### Norme di Partecipazione:

Vedi " Vademecum attività 2018" Atletica Comunicati

**NB: Per esigenze organizzative il programma potrà subire variazione**

#### Partecipazione:

**Tassa gara:** Categoria MASTER

€. 3,00 per atleta gara

Categoria RAGAZZI/E

€.1,00 per atleta gara €3,00 staffetta

**Iscrizioni:** Le iscrizioni dovranno essere effettuate on-line presso l'area riservata a ciascuna società  
Entro le ore 12 di venerdì 7 settembre 2018

## CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE SU PISTA MASTER

### 7 PROVA 5 CERCICATEGORIA RAGAZZI/E

IMPIANTO SPORTIVO SAN LIBERATO

8-9 settembre 2018

MONTECASSIANO

Organizzazione: MC041 POLISPORTIVA MONTECASSIANO ASD

Programma Tecnico 2<sup>a</sup> giornata: 9 SETTEMBRE 2018

**Uomini:** 200 - 800-3000st (35/59) -2000st(60 ed oltre) -400hs(35/59)-300hs(69/70)-200hs(70 ed oltre)  
- lungo – alto-giavelotto-peso-5000-martello MC

**Donne:** 200 - 800 – 2000st(35 ed oltre)-400hs(35/49)-300hs(50/69)-200hs(70 ed oltre)-Asta –  
lungo-giavelotto-5000-peso-martello MC

**Ragazzi:** 60h-1000-vortex-atlo

**Ragazze:** 60h-1000-peso-lungo

#### ORARIO GARE

M A S C H I L E		🕒	F E M M I N I L E	
Ritrovo Giurie e Concorrenti		15.15	Ritrovo Giurie e Concorrenti	
Chiusura variazioni		15.45	Chiusura variazioni	
Martello MC		15.50		Asta
		15.55	60hs	Lungo R
	60hs	16.10		Martello MC
Alto R		16.25	400/300/200hs	Peso R (2 Pedana)
Giavelotto	400/300/200hs	16.40		
		16.55	200	
Peso -Lungo	200	17.05		
		17.15	800	Giavelotto
Alto	800	17.30		
Vortex		17.45	1000 R	Peso
	1000 R	17.55		Lungo
		18.05	5000	
	5000	18.20		
		18.35	2000st	
	3000/2000st	18.50		

#### Norme di Partecipazione:

Vedi “ Vademecum attività 2018” Atletica Comunicati

**NB: Per esigenze organizzative il programma potrà subire variazione**

#### Partecipazione:

**Tassa gara:** Categoria MASTER  
€. 3,00 per atleta gara

Categoria RAGAZZI/E

€.1,00 per atleta gara €3,00 staffetta

**Iscrizioni:** Le iscrizioni dovranno essere effettuate on-line presso l’area riservata a ciascuna società  
Entro le ore 12 di venerdì 7 settembre 2018



**Federazione Italiana di Atletica Leggera**

**Comitato Regionale Marche** [www.fidalmarche.com](http://www.fidalmarche.com) P.IVA 01384571004 Cod.Fisc.05289680588