

NARNI - STADIO COMUNALE F.BERTOLINI - 15/16 SETTEMBRE 2012  
Campionati Regionali RCA OPEN + Gare di Contorno Assolute  
 Organizza / ASD AVIS NARNI  
 Funzionera' il Cronometraggio Elettrico della FICr.

PROGRAMMA TECNICO

RAGAZZI/E / 60 Hs-60-1000-ALTO-LUNGO-PESO-VORTEX-4x100-3x800-MARCIA Km.2  
 CADETTI/E / 80 Hs-100 Hs-300 Hs-80-300-1000-2000-ALTO-ASTA-LUNGO-TRIPLO-PESO-MARTELLA-DISCO-GIAV.TO  
 4x100-3x1000-MARCIA Km.3+4  
 ALLIEVI/E / 100 Hs-110 Hs-400 Hs-100-200-400-800-1500-3000-2000 St.-ALTO-ASTA-LUNGO-TRIPLO-PESO  
 MARTELLA-DISCO-GIAVELLOTTO-4x100-4x400-MARCIA Km.5  
 JPS MF / 400 Hs-100-200-400-800-1500-ALTO-ASTA-LUNGO-TRIPLO-PESO-MARTELLA-DISCO-GIAVELLOTTO

1^GIORNATA / SABATO 15

Ore	15.00	Ritrovo Giurie e concorrenti			
"	15.30	PESO	R	MF	
		60 Hs	R	MF	
		ALTO	RC	MF	
		LUNGO	R	MF	
"	15.45	80 Hs	C.te		
"	16.00	100 Hs	C.ti		
		ASTA	CAJPS	MF	
"	16.15	100 Hs	A.ve		
"	16.30	110 Hs	A.vi		
		VORTEX	R	MF	
		LUNGO	C.ti/e		
"	16.40	60	R	MF	
"	16.55	80	C.ti/e		
"	17.10	100	AJPS	MF	
"	17.30	1000	R	MF	
		LUNGO	AJPS	MF	
"	17.40	1000	C.ti/e		
"	17.50	1500	AJPS	MF	
"	18.00	400	AJPS	MF	
"	18.10	3x800	R	MF	
"	18.25	4x100	R	MF	
"	18.35	4x100	CA	MF	
"	18.45	MARCIA	RCA	MF	Km.2+3+4+5

2^GIORNATA / DOMENICA 16

Ore	9.30	Ritrovo Giurie e concorrenti			
"	10.00	MARTELLO	CAJPS	MF	
"	11.30	DISCO	CAJPS	MF	
Ore	15.30	Ritrovo Giurie e concorrenti			
"	16.00	300 Hs	C.ti/e		
		PESO	CAJPS	F	a seguire CAJPS M
		ALTO	AJPS	MF	
		TRIPLO	C.ti/e		
"	16.20	400 Hs	AJPS	MF	
"	16.30	200	AJPS	MF	
		GIAV.TO	CAJPS	MF	
"	16.50	300	C.ti/e		
"	17.00	800	AJPS	MF	
		TRIPLO	AJPS	MF	
"	17.15	2000	C.ti/e		
"	17.30	3000	AJPS	MF	
"	17.45	3x1000	C.ti/e		
"	18.00	4x400	A	MF	
"	18.20	2000 St	A		

Regolamento : Ogni atleta potra'partecipare a 2 gare + Staffetta.

Iscrizioni utilizzando la Procedura Iscrizioni On-line - Sezione Servizi On-line del Sito Federale [www.fidal.it](http://www.fidal.it) o e-mail: [coaccipaolo@alice.it](mailto:coaccipaolo@alice.it) entro MERCOLEDI'12 SETTEMBRE 2012.

Responsabile Tecnico / Prof.PROIETTI Paolo - 338/1556263