



CDS assoluto su pista 2a fase regionale

Stadio Primo Nebiolo - Viale Hugues 10

approvazione Fidal Piemonte n. 249/pista/2018

1° GIORNATA Sabato 26 Maggio

Ore 12.30 ritrovo - Inizio gare ore 14.00
conferma iscrizioni 1h prima di ogni gara
(eccetto staffette confermate dal resp. tecnico)

PROGRAMMA TECNICO

**Donne: 100 - 400 - 1500 - 3000 siepi - 100
hs - alto - triplo - peso - martello - marcia
5000 m - 4x100**

**Uomini: 100 - 400 - 1500 - 3000 siepi - 110
hs - asta - triplo - disco - giavellotto - marcia
10000 m - 4x100**

ORARIO GARE DI MASSIMA

ore 14.00: martello F - asta M - triplo M - 110 hs
ore 14.15: 100 hs
ore 14.30: 100 F
ore 15.10: 100 M - alto F
ore 15.30: giavellotto M (gruppo B)
ore 16.00: 400 F - disco M (gruppo B) - peso F
ore 16.30: 400 M - triplo F
ore 17.00: 1500 F - giavellotto M (gruppo A)
ore 17.20: 1500 M - disco M (gruppo A)
ore 17.40: 3000 siepi M
ore 18.00: 3000 siepi F
ore 18.20: 4x100 F
ore 18.40: 4x100 M
ore 19.00: marcia 5000 F- marcia 10000 M

Iscrizioni: entro il 24/05 ore 20.00 direttamente
dalla sezione dedicata nell'on-line

2° GIORNATA Domenica 27 Maggio

Ore 12.30 ritrovo - Inizio gare ore 14.00
conferma iscrizioni 1h prima di ogni gara
(eccetto staffette confermate dal resp. tecnico)

PROGRAMMA TECNICO

**Donne: 200 - 800 - 5000 - 400 hs - asta -
lungo - disco - giavellotto - 4x400**

**Uomini: 200 - 800 - 5000 - 400 hs - alto -
lungo - peso - martello - 4x400**

ORARIO GARE DI MASSIMA

ore 14.00: martello M - asta F - 200 F
ore 14.30: 200 M
ore 15.00: lungo M (2 pedane)
ore 15.20: 400 hs M
ore 15.40: 400 hs F
ore 16.00: 800 F - disco F
ore 16.30: 800 M - alto M
ore 16.45: lungo F (2 pedane)
ore 17.00: 5000 F - peso M
ore 17.30: 5000 M - giavellotto F
ore 18.00: 4x400 F
ore 18.20: 4x400 M

LANCI: gruppo B accrediti peggiori (3 lanci) - gruppo A
accreditati migliori (3 lanci + 3 con ripescaggi eventuali
atleti gruppo B)