



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale MARCHE

**C.d.S. ASSOLUTO SU PISTA MASCHILE E FEMMINILE
FASE REGIONALE MARCHE –UMBRIA – ABRUZZO 2^Prova**

Campo Scuola di Atletica leggera

Via Sgattoni – Zona Ragnola

San Benedetto del Tronto 20/21 Maggio 2017

ORARIO AGGIORNATO 19/05/2017 dopo chiusura iscrizioni

Sabato 20/05/2017

Maschile			Femminile	
		14.30		Martello
		15.30	100 Hs	
Giavellotto	110 Hs	15.45		Triplo
Asta		16.00	100	
	100	16.15		
		16.45	400	Alto
	400	17.00		
Disco		17.10		
Triplo		17.15		
		17.25	1500	
	1500	17.35		Peso
	3000 st	17.50		
		18.05	3000 st	
	Marcia 10 km	18.20	Marcia 5 km	
		19.20	4x100	
	4x100	19.30		



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale MARCHE

Domenica 21/05/2017

Maschile			Femminile	
Martello		14.30		
Lungo		16.00	400 hs	Asta - Disco
	400 hs	16.15		
Alto		16.30	800	
	800	16.45		
		17.05	200	
	200	17.20		
Peso		17.30		
		17.35		Lungo
		17.45		Giavellotto
		17.50	5000	
	5000	18.15		
		18.40	4x400	
	4x400	18.45		

Progressioni

<u>Alto Uomini:</u>	<u>Alto donne:</u>	<u>Asta uomini:</u>	<u>Asta donne:</u>
150	140	280	200
160	145	300	220
165	150	320	240
170	154	340	260
175	157 (minimo A)	360	270
180	160 (minimo J e P)	370	280
185 (minimo A)	163	380	290 (minimo A)
189	2 in 2	390 (minimo A)	300 (minimo J)
192 (minimo J)		400	310 (minimo P)
195		405 (minimo J)	320
197 (minimo P)		410	330
199		415	335
2 in 2		420 (minimo P)	5 in 5
		5 in 5	

