

**CAMPIONATI REGIONALI DI PROVE MULTIPLE
RAGAZZI-CADETTI M/F
gare di contorno per la categoria esordienti 5-8-10 M/F
gare extra cadetti e cadette**

DOMENICA 20 SETTEMBRE – DONNAS (STADIO CRESTELLA)

Organizzazione tecnica: Atletica Pont Donnas

Iscrizioni entro il 18 settembre (ore 20.00) direttamente online nella sezione riservata di ciascuna società.

programma:

cadette = pentathlon (80hs-lungo-giavellotto-alto-600m)

cadetti = esathlon (100hs-alto-giavellotto-lungo-disco-1000m)

cadetti/cadette extra = 80M/F-600F-1000M-lungoM/F (3 prove)

ragazzi/ragazze = tetrathlon (60hs-peso-lungo-600m)

esordienti 10 = 50m-300m

esordienti 5-8 = 40m-200m

Ritrovo cadetti/cadette	ore 9.00
Chiusura conferma iscrizioni	ore 9.30
Inizio gare	ore 10.00

Ritrovo ragazzi/ragazze – esordienti	ore 14.30
Chiusura conferma iscrizioni	ore 15.00
Inizio gare	ore 15.30

Regolamento

Partecipazione gare Ragazzi ed Esordienti: possono partecipare gli atleti appartenenti a società della Valle d'Aosta.

Partecipazione gare Cadetti: possono partecipare gli atleti appartenenti a società della Valle d'Aosta e Piemonte (per il Piemonte iscrizioni via email a atletica@pont-donnas.it).

Gli atleti della categoria cadetti e cadette possono prendere parte alla prova multipla o, in alternativa, ad un massimo di 2 gare extra.

Orario di massima

10.00	80hs cadette	16.00	peso ragazze
10.15	100hs cadetti	16.00	40 esordienti 5-8
10.30	lungo cadette	16.15	50 esordienti 10
10.45	alto cadetti	16.15	lungo ragazzi
12.00	giavellotto cadette	16.30	200 esordienti 5-8
12.00	80m cadette extra	16.45	300 esordienti 10
12.15	80m cadetti extra	16.45	disco cadetti
12.30	giavellotto cadetti	17.00	600 cadette
		17.00	lungo ragazze
15.30	alto cadette	17.30	peso ragazzi
15.30	lungo cadetti	18.00	600 ragazze
15.30	60hs ragazze	18.15	600 ragazzi
15.45	60 hs ragazzi	18.30	1000 cadetti

**NELLA PAUSA TRA LE GARE
DEL MATTINO E QUELLE DEL
POMERIGGIO, SARA'
POSSIBILE PRANZARE PRESSO
LA STRUTTURA DEL
"GRULLAIO" PREVIA
PRENOTAZIONE AL N.
348.5654980**