



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Regionale Sardo

CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI ASSOLUTO su PISTA

Cagliari – Stadio Comunale di Atletica Leggera

Venerdì 31 LUGLIO – Sabato 1 AGOSTO 2020

*La Fidal, Comitato Regionale Sardo indice e organizza i Campionati Regionali Individuali Assoluti su pista.
La manifestazione si svolgerà a Cagliari, Stadio Comunale di Atletica Leggera il 31 Luglio ed il 1° Agosto 2020.*

E' SEVERAMENTE VIETATO L'ACCESSO AL CAMPO GARA. L'ACCESSO SARÀ CONSENTITO ESCLUSIVAMENTE ATTRAVERSO LA CAMERA D'APPELLO, SITUATA IN PROSSIMITÀ DELLA PARTENZA DEI METRI 100, SECONDO IL DISPOSITIVO SOTTOINDICATO – PER LA CAMERA D'APPELLO NON VI SARÀ CHIAMATA MICROFONICA

La Segreteria informatica procederà alla predisposizione delle Serie, per le gare di corsa, e ai gruppi per i concorsi. Serie e gruppi verranno affissi nei pressi della Camera d'Appello situata in prossimità dell'accesso al rettilineo principale.

FINALI METRI 100

Uomini: accedono alla finale i primi classificati più i due migliori tempi.

Donne: accedono alla finale le prime classificate più i quattro migliori tempi.

BATTUTA SALTO TRIPLO

Uomini: metri 11 o 13.

Donne: metri 10.

PROGRESSIONI SALTI IN ELEVAZIONE

Salto in Alto

Uomini: 1.30-1.40-1.50-1.60-1.70-1.80-1.85-1.88 poi di 3 cm in 3 cm.

Donne: 1.30-1.40-1.45-1.50-1.53-1.56 poi di 3 cm in 3 cm.

Salto con l'Asta

Uomini: 3.00-3.30-3.50-3.60 poi di 10 cm in 10 cm.

DISPOSITIVO D'ACCESSO AL CAMPO GARE ED ORARIO
Venerdì 31 LUGLIO 2020

GARA	CAMERA D'APPELLO	ACCESSO CAMPO	ORARIO GARA
<i>Martello Femminile</i>	17:15/17:30	17:30	18:00
<i>Asta Maschile</i>	17:15/17:30	17:30	18:00
<i>Triplo Femminile</i>	17:15/17:30	17:30	18:00
<i>Metri 100 hs Femminile</i>	17:35/17:50	17:50	18:00
<i>Metri 110 hs Maschile</i>	17:50/18:05	18:05	18:15
<i>Metri 80 Cadette</i>			
1 ^a Serie	18:05/18:20	18:20	18:30
2 ^a Serie	18:10/18:25	18:25	18:35
3 ^a Serie	18:15/18:30	18:30	18:40
<i>Disco Maschile</i>	18:15/18:30	18:30	19:00
<i>Triplo Maschile</i>	18:15/18:30	18:30	19:00
<i>Metri 80 Cadetti</i>			
1 ^a Serie	18:20/18:35	18:35	18:45
2 ^a Serie	18:25/18:40	18:40	18:50
3 ^a Serie	18:30/18:45	18:45	18:55
<i>Alto Femminile</i>	18:30/18:45	18:45	19:15
<i>Metri 100 Femminile</i>			
1 ^a Batteria	18:35/18:50	18:50	19:00
2 ^a Batteria	18:38/18:53	18:53	19:03
3 ^a Batteria	18:41/18:56	18:56	19:06
4 ^a Batteria	18:44/18:59	18:59	19:09
<i>Metri 100 Maschile</i>			
1 ^a Batteria	18:50/19:05	19:05	19:15
2 ^a Batteria	18:53/19:08	19:08	19:18
3 ^a Batteria	18:56/19:11	19:11	19:21
4 ^a Batteria	18:59/19:14	19:14	19:24
5 ^a Batteria	19:02/19:17	19:17	19:27
6 ^a Batteria	19:05/19:20	19:20	19:30
<i>Metri 400 Femminile</i>			
1 ^a Serie	19:10/19:25	19:25	19:35
2 ^a Serie	19:14/19:29	19:29	19:39
3 ^a Serie	19:18/19:33	19:33	19:43
<i>Peso Femminile</i>	19:25/19:40	19:40	20:10
<i>Metri 400 Maschile</i>			
1 ^a Serie	19:25/19:40	19:40	19:50
2 ^a Serie	19:29/19:44	19:44	19:54
3 ^a Serie	19:33/19:48	19:48	19:58
4 ^a Serie	19:37/19:52	19:52	20:02
5 ^a Serie	19:41/19:56	19:56	20:06
<i>Giavellotto Maschile</i>	19:35/19:50	19:50	20:20
<i>Metri 1000 Cadette</i>			
1 ^a Serie	19:45/20:00	20:00	20:10
2 ^a Serie	19:50/20:05	20:05	20:15
<i>Metri 1000 Cadetti</i>			
1 ^a Serie	19:55/20:10	20:10	20:20
2 ^a Serie	20:00/20:15	20:15	20:25
<i>Finale Metri 100 Femminile</i>	20:05/20:20	20:20	20:30
<i>Finale Metri 100 Maschile</i>	20:15/20:30	20:30	20:40
<i>Metri 1500 Femminile</i>	20:25/20:40	20:40	20:50
<i>Metri 1500 Maschile</i>			
1 ^a Serie	20:35/20:50	20:50	21:00
2 ^a Serie	20:45/21:00	21:00	21:10

3 ^a Serie	20:55/21:10	21:10	21:20
Metri 3000 Siepi Femminile	21:05/21:20	21:20	21:30
Staffetta 4x100 Femminile	21:25/21:40	21:40	21:50
Staffetta 4x100 Maschile	21:35/21:50	21:50	22:00

DISPOSITIVO D'ACCESSO AL CAMPO GARE ED ORARIO
Sabato 1 AGOSTO 2020

GARA	CAMERA D'APPELLO	ACCESSO CAMPO	ORARIO GARA
<i>Asta Femminile</i>	16:30/16:45	16:45	17:15
<i>Martello Maschile</i>	16:30/16:45	16:45	17:15
<i>Lungo Femminile</i>	16:45/17:00	17:00	17:30
<i>Metri 400 hs Femminile</i>	17:05/17:20	17:20	17:30
<i>Metri 400 hs Maschile</i>	17:20/17:35	17:35	17:45
<i>Metri 300 Cadette</i>			
1 ^a Serie	17:35/17:50	17:50	18:00
2 ^a Serie	17:40/17:55	17:55	18:05
3 ^a Serie	17:45/18:00	18:00	18:10
<i>Alto Maschile</i>	17:45/18:00	18:00	18:30
<i>Giavellotto Femminile</i>	17:45/18:00	18:00	18:30
<i>Metri 300 Cadetti</i>			
1 ^a Serie	17:50/18:05	18:05	18:15
2 ^a Serie	17:55/18:10	18:10	18:20
<i>Metri 200 Femminile</i>			
1 ^a Serie	18:05/18:20	18:20	18:30
2 ^a Serie	18:10/18:25	18:25	18:35
3 ^a Serie	18:25/18:30	18:30	18:40
<i>Lungo Maschile</i>	18:15/18:30	18:30	19:00
<i>Metri 200 Maschile</i>			
1 ^a Serie	18:20/18:35	18:35	18:45
2 ^a Serie	18:25/18:40	18:40	18:50
3 ^a Serie	18:30/18:45	18:45	18:55
4 ^a Serie	18:35/18:50	18:50	19:00
5 ^a Serie	18:40/18:55	18:55	19:05
<i>Metri 800 Femminile</i>			
1 ^a Serie	18:45/19:00	19:00	19:10
2 ^a Serie	18:55/19:10	19:10	19:20
<i>Metri 800 Maschile</i>			
1 ^a Serie	19:05/19:20	19:20	19:30
2 ^a Serie	19:11/19:26	19:26	19:36
3 ^a Serie	19:17/19:32	19:32	19:42
<i>Peso Maschile</i>	19:15/19:30	19:30	20:00
<i>Disco Femminile</i>	19:15/19:30	19:30	20:00
<i>Metri 5000 Femminile</i>	19:25/19:40	19:40	19:50
<i>Metri 5000 Maschile</i>			
1 ^a Serie	19:55/20:10	20:10	20:20
2 ^a Serie	20:20/20:35	20:35	20:45
<i>Staffetta 4x400 Femminile</i>	20:45/21:00	21:00	21:10
<i>Staffetta 4x400 Maschile</i>	20:55/21:10	21:10	21:20
<i>Marcia Femminile</i>	21:05/21:20	21:20	21:30
<i>Metri 5000 Maschile (serie supplementare)</i>	21:35/21:50	21:50	22:00

Cagliari 29/07/2020

IL DELEGATO TECNICO