

Federazione Italiana di Atletica Leggera
Comitato Regionale Friuli Venezia Giulia

CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE ASSOLUTO 2019
CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE PROMESSE 2019
“58° Memorial M. Borghes”

| | |
|-----------------------|--|
| DATA | Sabato 13 e Domenica 14 Luglio 2019 |
| LOCALITA' | Monfalcone – Stadio Cosulich e Gorizia – Campo Fabretto (Lanci e Asta) |
| CATEGORIE | Allievi/e – Juniores M/F – Promesse M/F – Seniores M/F |
| ORGANIZZAZIONE | A.R. Torriana Gradisca con la collaborazione della Fincantieri Atletica Monfalcone |
| ISCRIZIONI | On line entro le ore 20 di Giovedì 11 Luglio |
| REGOLAMENTO | NON E' CONSENTITA LA PARTECIPAZIONE DI ATLETI TESSERATI PER SOCIETA' DI ALTRE REGIONI . Allievi e Junior gareggiano con gli ostacoli e gli attrezzi del Settore Assoluto. Tutte le gare di corsa si corrono in serie Nel Lungo, nel Triplo e nei Lanci accedono alla finale i primi 8. Per quanto riguarda i Minimi B vedere il Vademecum 2019 alla voce Campionati Italiani Individuali Assoluti su Pista Punto 3.1.2. |
| PREMIAZIONI | Medaglia ai primi tre di ogni gara e maglietta di Campione Regionale ai vincitori. Medaglia e Maglietta alla prima Promessa a meno che non sia già il vincitore assoluto. |

PROGRAMMA ORARIO MONFALCONE

| | | | |
|------------------|-----------|--|----------|
| Sabato 13 luglio | Ore 16.00 | Ritrovo giurie e concorrenti | |
| | Ore 17.00 | 110 Hs M | Triplo F |
| | Ore 17.15 | 100 Hs F | |
| | Ore 17.30 | 100 M | |
| | Ore 17.50 | 100 F | Alto F |
| | Ore 18.10 | 400 M | Triplo M |
| | Ore 18.30 | 400 F | |
| | Ore 18.45 | 1500 M | |
| | Ore 19.00 | 1500 F | |
| | Ore 19.15 | 3000 Siepi M | |
| | Ore 19.30 | 3000 Siepi F | |
| | Ore 19.50 | 4 x 100 M | |
| | Ore 20.00 | 4 x 100 F | |
| | Ore 20.15 | Marcia 10000 M e Marcia 5000 F (insieme) | |

| | | | | |
|--------------------|-----------|------------------------------|---------|---------|
| Domenica 14 Luglio | Ore 17.00 | Ritrovo Giurie e Concorrenti | | |
| | Ore 18.00 | 400 Hs M | Lungo M | |
| | Ore 18.20 | 400 Hs F | | |
| | Ore 18.40 | 200 M | | |
| | Ore 19.00 | 200 F | | |
| | Ore 19.20 | 800 M | Alto M | Lungo F |
| | Ore 19.35 | 800 F | | |
| | Ore 19.50 | 5000 M | | |
| | Ore 20.10 | 5000 F | | |
| | Ore 20.30 | 4 x 400 M | | |
| | Ore 20.45 | 4 x 400 F | | |

PROGRAMMA ORARIO GORIZIA

| | | | | |
|--------------------|-----------|------------------------------|--------|--|
| Sabato 13 luglio | Ore 15.00 | Ritrovo Giurie e Concorrenti | | |
| | Ore 15.45 | Martello F | | |
| | Ore 16.45 | Disco M | Asta F | |
| | Ore 18.00 | Peso F | | |
| | Ore 18.15 | Asta M | | |
| | Ore 18.30 | Giavellotto M | | |
| Domenica 14 luglio | Ore 16.00 | Ritrovo Giurie e Concorrenti | | |
| | Ore 16.45 | Martello M | | |
| | Ore 17.45 | Disco F | | |
| | Ore 19.00 | Peso M | | |
| | Ore 19.30 | Giavellotto F | | |

Il Delegato Tecnico si riserva di variare l'orario in relazione al numero degli Atleti iscritti ed al protrarsi delle gare precedenti