



	ES 05	ES 08	ES 10	RAG
9:00				60 M
9.20		LUNGO M Ped. A LUNGO F Ped. B		60 F
9.50			50 M	
10.15			50 F	PESO F
10.40	50 M			LUNGO M Ped. A > Mt.3.61 LUNGO M Ped. B < Mt.3.60
11.00	50 F			
11.10		50 M		
11.30		50 F	ALTO M Ped. A ALTO F Ped. B	PESO M
11.45	200 M			
12.05	200 F			LUNGO F Ped. A > Mt.3.41 LUNGO F Ped. B < Mt.3.40
12.20				200 M
12.50				200 F
13.30			200 M	
13.50			200 F	
14.10		200 M		
14.25		200 F		
14.40				4X200 M
14.50				4X200 F

PROGRESSIONE ESO 10 M - F

0.85 – 0.95 – 100 – 105 – 110 – 115 – 118 – 121 – 124 – 127 – 130 – 132 – 134 + 2 CM

Non verranno TASSATIVAMENTE accettate nuove iscrizioni nè variazioni di gara ma solo cancellazioni



	CAD.	ALL. – ASS.
15.30	60 hs M	
15.40	60 hs F	
15.30	PESO M + F	
15.50		60 M
16.05		60 F
16.10		LUNGO M
16.25	200 M	
16.55	200 F	
17.00	ALTO M Ped. A ALTO F Ped. B	ASTA M + F
17.10		LUNGO F
17.35		400 M
18.00		400 F
18.15	800 M	
18.30	800 F	
18.45	4X200 M	
19.00	4X200 F	

PROG. ALTO F 1.20 – 1.25 – 1.30 – 1.35 – 1.40 – 1.43 – 1.46 – 1.49 – 1.52 – 1.54 – 1.56 + 2 CM

PROG. ALTO M 1.25 – 1.30 – 1.35 – 1.40 – 1.45 – 1.50 – 1.55 – 1.58 – 1.61 – 1.64 – 1.67 – 1.70 – 1.72 +2 CM

PROG. ASTA F 2.50 – 2.65 – 2.80 – 2.90 – 3.00 – 3.10 – 3.20 – 3.30 - 3.40 - 3.50 – 3.55 + 5 CM

PROG. ASTA M 3.20 - 3.40 – 3.55 – 3.70 – 3.80 – 3.90 – 4.00 – 4.10 – 4.20 – 4.30 – 4.40 – 4.50 - 4.60 –
4.70 - 4.80 – 4.90 – 5.00 – 5.05 + 5 CM

Non verranno TASSATIVAMENTE accettate nuove iscrizioni nè
variazioni di gara ma solo cancellazioni