FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale PIEMONTE

# CDS assoluto su pista
# 2a fase regionale

## Stadio Primo Nebiolo - Viale Hugues 10

**approvazione Fidal Piemonte n. 193/pista/2017**

---

### 1° GIORNATA
### Sabato 20 Maggio

**Ore 13.00 ritrovo - Inizio gare ore 14.00**
**conferma iscrizioni 1h prima di ogni gara**

**PROGRAMMA TECNICO**

**Donne: 100 – 400 – 1500 – 3000 siepi – 100 hs – alto - triplo – peso – martello - marcia 5000 m – 4x100**

**Uomini: 100 – 400 – 1500 – 3000 siepi – 110 hs – asta - triplo – disco - giavellotto – marcia 10000 m – 4x100**

**ORARIO GARE DI MASSIMA**

ore 14.00: martello F - asta M – triplo F – 110 hs
ore 14.15: 100 hs
ore 14.30: 100 F
ore 15.00: 100 M – alto F
ore 15.40: 400 F - disco M (gruppo B) - peso F
ore 15.50: giavellotto M (gruppo B)
ore 16.00: 400 M - triplo M
ore 16.30: 1500 F
ore 16.50: 1500 M - disco M (gruppo A)
ore 17.00: giavellotto M (gruppo A)
ore 17.25: 3000 siepi M
ore 17.40: 3000 siepi F
ore 18.00: 4x100 F
ore 18.20: 4x100 M
ore 18.40: marcia 5000 F– marcia 10000 M

**Iscrizioni : entro il 18/05 ore 20.00 direttamente dalla sezione dedicata nell'on-line**

### 2°GIORNATA
### Domenica 21 Maggio

**Ore 13.30 ritrovo - Inizio gare ore 14.30**
**conferma iscrizioni 1h prima di ogni gara**

**PROGRAMMA TECNICO**

**Donne: 200 – 800 – 5000 – 400 hs – asta - lungo – disco - giavellotto – 4x400**

**Uomini: 200 – 800 – 5000 – 400 hs – alto - lungo – peso – martello - 4x400**

**ORARIO GARE DI MASSIMA**

ore 14.30: martello M - asta F – 200 F
ore 15.00: 200 M
ore 15.15: lungo M (2 pedane)
ore 15.40: 400 hs M
ore 15.55: 400 hs F
ore 16.00: giavellotto F
ore 16.10: 800 F
ore 16.15: alto M
ore 16.25: 800 M
ore 16.30: disco F
ore 16.55: 5000 F – peso M
ore 17.00: lungo F (2 pedane)
ore 17.25: 5000 M
ore 18.25: 4x400 F
ore 18.40: 4x400 M

**LANCI: gruppo B accrediti peggiori (3 lanci) – gruppo A accrediti migliori (3 lanci + 3 con ripescaggi eventuali atleti gruppo B)**