

NORME TECNICHE

1. **marcia:** Le gare di marcia si disputeranno in contemporanea in corsie separate, cadetti all'interno e cadette all'esterno;
2. **salti in estensione:** gli atleti con i migliori accrediti gareggeranno nel gruppo 2

PROGRESSIONI SALTI IN ELEVAZIONE

SALTO IN ALTO M																				
115	120	125	130	135	140	145	150	154	158	162	166	170	174	178	181	184	187	189	+2	
SALTO IN ALTO F																				
105	110	115	120	125	130	134	138	142	146	150	154	157	159	161	163	165	167	+2		
SALTO CON L'ASTA CM-CF																				
200	210	220	230	240	250	260	265	270	275	280	285	290	+5							
SALTO CON L'ASTA ASS																				
190	210	230	250	270	290	310	325	340	355	370	380	390	400	410	415	+5				

BATTUTE SALTO TRIPLO

TRIPLO M	7	9	11	TRIPLO F	7	9
-----------------	---	---	----	-----------------	---	---

PROGRAMMA ORARIO DEFINITIVO (08/05/2026)

La composizione e orario delle singole serie/gruppi saranno pubblicati online 1h prima della gara

SABATO 09 MAGGIO – APERTURA SEGRETERIA ORE 13:30				
M	F	Cat.	Call Room	Inizio gara
Martello	Martello	C	14:40	15:00
Triplo		C	14:40	15:00
	300hs	C	14:45	15:00
300hs		C	15:00	15:15
	80	C	15:20	15:30
	Lungo gr I	C	15:35	16:00
	Peso	C	15:40	16:00
80		C	15:50	16:00
	Alto	C	15:50	16:20
	2000	C	16:10	16:25
2000		C	16:30	16:45
	1200st	C	16:45	17:00
Peso		C	16:50	17:15
	Lungo gr 2	C	16:50	17:15
1200st		C	17:00	17:15

DOMENICA 10 MAGGIO – APERTURA SEGRETERIA ORE 08:30				
M	F	Cat.	Call Room	Inizio gara
Asta	Asta	C	09:20	10:00
Disco	Disco	C	09:30	10:00
Alto		C	09:30	10:00
Marcia km5	Marcia km3	C	09:45	10:00
	1000	C	10:20	10:35
Lungo gr I		C	10:25	10:45
1000		C	10:35	10:50
100hs		C	11:00	11:15
	Giavellotto	C	10:55	11:20
	80hs	C	11:15	11:30
Lungo gr2		C	11:25	11:45
300		C	11:45	11:55
	300	C	12:05	12:15
Asta		Ass	11:30	12:00
	Triplo	C	11:35	12:00
Giavellotto		C	12:10	12:35