

NORME TECNICHE

1. **Corse:** si disputeranno in serie
2. **salti in estensione/lanci:** gli atleti della categoria ragazzi avranno a disposizione 3 prove; gli atleti della categoria cadetti avranno a disposizione 4 prove
3. **battute salto triplo:** 7 - 9

PROGRESSIONI SALTI IN ELEVAZIONE

SALTO IN ALTO RF													
1.00	1.05	1.10	1.15	1.19	1.23	1.26	1.29	1.32	1.34	1.36	+2		
SALTO IN ALTO CF													
1.15	1.20	1.25	1.30	1.35	1.38	1.41	1.44	1.47	1.50	+2			
SALTO IN ALTO CM													
1.15	1.25	1.35	1.40	1.45	1.50	1.54	1.58	1.62	1.65	1.68	1.71	1.74	+2

PROGRAMMA ORARIO DEFINITIVO (15/05/2026)

SABATO 16 MAGGIO – RITROVO ORE 14:00				
M	F	Cat.	Call Room	Inizio gara
40hs		ESO 5		15:00
50hs		ESO 8		
150	150	ESO 10		
Alto	Alto	ESO 10		

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

SABATO 16 MAGGIO – APERTURA SEGRETERIA ORE 14:15				
M	F	Cat.	Call Room	Inizio gara
	Vortex	R	15:20	15:45
Lungo		R	15:25	15:45
60hs		R	15:35	15:45
	60hs	R	15:40	15:50
60		R	15:55	16:05
	60	R	16:00	16:10
	Alto	R	15:55	16:20
80		C	16:15	16:25
	80	C	16:20	16:30
Peso		R	16:15	16:40
Peso	Peso	C	16:15	16:40
Lungo		R	16:25	16:45
1000		R	16:30	16:45
	1000	R	16:35	16:50
1200st		C	16:50	17:05
	1200st	C	17:00	17:15
Alto	Alto	C	16:50	17:15
Triplo	Triplo	C	17:00	17:20

Delegato Tecnico: Alessia Castaldo – email castaldoalessia02@gmail.com