



# F.I.D.A.L. FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA

## Comitato Regionale Marchigiano

**C.d.S. ASSOLUTO SU PISTA MASCHILE E FEMMINILE**

**2° Fase Regionale Marche - Umbria**

**Fabriano Stadio Comunale – 4-5- Luglio 2009**

### Organizzazione Atl. Fabriano

Programma tecnico: **1ª Giornata Sabato 4 Luglio 2009**  
 Maschile 100-400-1500-3000 st-110 hs-4x100-Asta-Triplo-Disco-Giavellotto-Marcia Km.10  
 Femminile 100-400-1500-100 hs-3000 st-4x100-Alto-Triplo-Peso-Martello-Marcia Km.5

#### PROGRAMMA ORARIO - SABATO 4 Luglio 2009

MASCHILE		ORA	FEMMINILE	
Ritrovo Giurie e Concorrenti		14.30	Ritrovo Giurie e Concorrenti	
Termine ultimo per le variazioni		14.55	Termine ultimo per le variazioni	
		14.35		Martello
Giavellotto		16.10	100 Hs	
Asta	110 Hs	16.15		
Triplo		16.25	100Hs	
		16.35	100	Alto
	100	16.45		
		17.00	400	
Disco	400	17.10		
		17.30	1500	Triplo
	1500	17.40		
	3000 st	18.05		Peso
		18.25	3000 st	
		18.45	4x100	
	4x100	18.55		
Marcia Km. 10		19.05	Marcia Km. 5	

Programma tecnico: **2ª Giornata Domenica 5 Luglio 2009**  
 Maschile 200-800-5000-400 hs-4x400-Alto-Lungo-Peso-Martello  
 Femminile 200-800-5000-400 hs-4x400-Asta-Lungo-Disco-Giavellotto

#### PROGRAMMA ORARIO – 5 Luglio 2009

MASCHILE		ORA	FEMMINILE	
Ritrovo Giurie e Concorrenti		14.30	Ritrovo Giurie e Concorrenti	
Termine ultimo per le variazioni		14.55	Termine ultimo per le variazioni	
		14.30		
Lungo		16.10	400 Hs	Disco
	400 Hs	16.20		Asta
		16.30	800	
	800	16.40		
Peso		17.00	200	
Alto	200	17.15		Lungo Giavellotto
		17.40	5000	
	5000	18.05		
		18.30	4x400	
	4x400	18.45		

Le iscrizioni dovranno essere inviate entro **Mercoledì 1 Luglio 2009**, sull'apposito modulo allegato alla presente, al Comitato Regionale FIDAL Marche al fax n. **071 2814451** o all'indirizzo di posta elettronica **[sigma@fidalmarche.com](mailto:sigma@fidalmarche.com)** **Non verranno accettate iscrizioni sul campo.**

La tassa-gara è fissata, come da regolamento, in € 2,00 per atleta gara e € 4,00 per le staffette.

Per quanto riguarda il regolamento, si fa riferimento a quanto previsto su Atletica Comunicati n. 13/24 del 31/12/2008