

Campionati Regionali Individuali Master Salerno (Stadio Vestuti) 13 e 14 ottobre 2018

Programma tecnico 1^ Giornata

Master M: 100-(80/100/110hs)-400-1500-(2000/3000st)-disco-giavellotto-mart. con maniglia corta-asta-lungo

Master F: 100-(80/100hs)-400-1500-2000st-disco-mart. con maniglia corta-asta-triplo
Programma Orario – **Sabato 13 ottobre 2018**

Ore 14.30	Ritrovo		
Ore 15.30	Termine conferma iscrizioni		
Ore 15.45	80/100/110hs M		Disco M
Ore 16.00	80/100hs F	Asta M e F	
Ore 16.20	100M		
Ore 16.40	100F		Disco F
Ore 16.50	400M	Triplo F	
Ore 17.10	400F		
Ore 17.20	1500 M		Giavellotto M
Ore 17.40	1500 F	Lungo M	
Ore 17.50	2000/3000st M		
Ore 18.05	2000st F		McM F/M

Programma tecnico 2^ Giornata

Master M: 200-800-5000-(200hs/300hs/400hs)-Alto-Triplo-Martello-Peso-**marcia Km 5**

Master F: 200-800-5000-(200hs/300hs/400hs)-Alto-Lungo-Martello-Giavellotto-Peso-**marcia Km 5**

Programma Orario – **Domenica 14 ottobre 2018**

Ore 08.45	Ritrovo		
Ore 09.30	Termine conferma iscrizioni	marcia Km 5 m/f	
Ore 09.40		Alto F Triplo M	Martello F/M
Ore 10.00	200/300/400hs F		
Ore 10.20	200/300/400hs M		
Ore 10.40	200 F	Alto M Lungo F	Giavellotto F Peso M
Ore 10.50	200 M		
Ore 11.10	800 F		
Ore 11.20	800 M		
Ore 11.40	5000 F + M		Peso F
Ore 12.10	5000 M (eventuale 2^ serie)		

Iscrizioni on line entro il 10.10.18

Sarà possibile iscrivere atleti direttamente sul campo di gara entro i termini previsti per le conferme previo il pagamento di una penale di € 5,00 per atleta/gara.

Il programma orario potrà subire variazioni in relazione al numero degli atleti iscritti

3. NORME TECNICHE E DI PARTECIPAZIONE

3.1 Possono partecipare gli atleti italiani e "italiani equiparati" dai 35 anni in poi.

3.2 Ogni Società può iscrivere un numero illimitato di atleti.

3.3 Ogni atleta, nel complesso della manifestazione e nell'arco della stessa giornata, può essere iscritto e prendere parte ad un massimo di tre gare individuali, ad eccezione degli atleti di cui al punto 3.4.

3.4 Gli atleti che partecipano ad una gara di corsa o marcia superiore ai m 1000 possono prendere parte nella stessa giornata anche ad un'altra gara, con esclusione delle gare superiori ai m 400.

3.5 Le gare di corsa si effettuano a serie sulla base delle prestazioni riferite all'anno in corso e a quello precedente. In deroga alla regola 166.6 del RTI, l'assegnazione delle corsie è determinata non a sorteggio ma per tempi.

3.6 Nei lanci e nei salti in estensione (lungo e triplo) sono previste tre prove per ogni atleta e tre prove di finale alla quale accedono i primi 6 atleti delle eliminatorie, per ciascuna fascia d'età.