



**PRIMA GIORNATA GRANDPRIX RAGAZZI-CADETTI M/F
GARE DI CONTORNO A-J-P-S M/F
DOMENICA 28 APRILE 2019**

sede della manifestazione: Aosta (campo scuola)

organizzazione: Atl Cogne

orario: ritrovo ore 14.30 - conferma iscrizioni ore 15.00 - inizio gare ore 15.30

iscrizioni: direttamente online nell'area riservata delle società, entro venerdì 26 aprile

programma gare:

ragazzi/ragazze = triathlon = 600-quadruplo*-vortex

cadetti/cadette = 80/100hs-1000-asta-alto-disco

A-J-P-S M/F = 100/110hs-400-800-asta-alto-disco

* = salto quadruplo. Rincorsa massima 5m; pedana di stacco 8m dalla zona di caduta; si effettuano 3 balzi alternati con l'arrivo in buca.

norme di partecipazione

Gli atleti della categoria ragazzi e ragazze prendono parte al triathlon. Gli atleti della categoria cadetti, cadette, allievi e allieve possono prendere parte ad un massimo di due diverse specialità.

premi

Sono previsti premi per i migliori classificati maschili e femminili.

quote di iscrizione

La quota di iscrizione è fissata in 3 euro ad atleta per i tesserati delle società della Valle d'Aosta. Per gli atleti delle altre regioni la quota è di 5 euro ad atleta.

orario di massima

ore 15.30	80hs CF	quadruplo RF	vortex RM	asta M/F (A/J/P/S)
ore 15.40	100hs F (A/J/P/S)			
ore 15.50	100hs CM			
ore 16.00	110HS M (A/J/P/S)	quadruplo RM	vortex RF	alto M/F (A/J/P/S)
ore 16.10	400 M/F (A/J/P/S)			
ore 16.20	800 M/F (A/J/P/S)			
ore 16.30	1000 CM/CF		disco M/F (A/J/P/S)	
ore 16.40	600 RM			
ore 16.45	600 RF			