

**C.D.S. ASSOLUTO SU PISTA MASCHILE E FEMMINILE
CDS REGIONALE ASSOLUTO**

**Foligno Stadio Blasone 10 Maggio 2025
Perugia Stadio S. Giuliana 11 Maggio 2025**

Organizzazione Ass. Atletica Winner Foligno e Comitato Regionale Fidal Umbria

Programma tecnico: 1ª Giornata Sabato 10 Maggio 2025

Maschile 100-400-1500-3000 st-110 hs-4x100-Asta-Triplo-Marcia Km.10

Femminile 100-400-1500-100 hs-3000 st-4x100-Alto-Triplo-Peso-Marcia Km.5

Cadetti/e Asta - Marcia 5 Km - Marcia 3Km

PROGRAMMA ORARIO - SABATO 10 Maggio 2025 Foligno

MASCHILE	ORA	FEMMINILE
Ritrovo Giurie e Concorrenti	15.30	
Termine ultimo per le variazioni	16.00	Termine ultimo per le variazioni
Asta /A Asta/ C	16.15	Alto F
	16.20	100 Hs
110 Hs Triplo	16.35	
	16.50	100
100	17.00	
	17.15	400
400	17.25	Triplo
	17.40	1500
1500	17.50	
3000 st	18.10	Peso
	18.25	3000 st
	18.35	4x100
4x100	18.45	
Marcia Km. 10- Marcia 5 Km/C	19.00	Marcia Km 5 - Marcia 3 Km/ C

N.B. L'orario definitivo della gara verrà pubblicato venerdì dopo la chiusura iscrizioni



**atletica
umbra**

Programma tecnico: 2ª Giornata Domenica 11 Maggio 2025

Maschile 200-800-5000-400 hs-4x400-Alto-Lungo-Peso-Martello-Giavellotto-Disco

Femminile 200-800-5000-400 hs-4x400-Asta-Lungo-Disco-Giavellotto-Martello

Cadetti/er 300 Hs - 1000

PROGRAMMA ORARIO – 11 Maggio 2025 Perugia

MASCHILE	ORA	FEMMINILE
Ritrovo Giurie e Concorrenti	15.45	Ritrovo Giurie e Concorrenti
Termine ultimo per le variazioni	16.15	Termine ultimo per le variazioni
	16.30	300 Hs/C
Martello 300 Hs/C	16.40	Asta /A Asta/ C - Martello
	16.50	400 Hs
400 Hs Lungo	17.05	
	17.15	1000 C
1000 C	17.25	
	17.35	800
800 Disco	17.40	Disco
Peso	18.05	200
Alto 200	18.15	Lungo
	18.30	5000
Giavellotto	18.40	Giavellotto
5000	18.50	
	19.15	4x400
4x400	19.20	

Iscrizione preventive obbligatorie utilizzando la procedura Iscrizione Online-Sezione Servizi OnLine del sito federale www.fidal.it entro il 08 Maggio ore 22.00 *Non verranno accettate iscrizioni sul campo.*

La tassa-gara è fissata, come da regolamento, in € 5,00 per atleta gara e € 8,00 per le staffette.

Pagamento tassa gare tramite Bonifico Bancario Intestato al **COMITATO REGIONALE FIDAL UMBRIA**
IBAN **IT0500100503001000000000897**

N:B: L'orario definitivo della gara verrà pubblicato venerdì dopo la chiusura iscrizioni