

Campionato Regionale Atletica Leggera FISDIR

Domenica 24 aprile 2022

Programma di massima

Ore 09.00 5000 Marcia + 3.000 marcia + 3000 metri
Ore 09.00 Vortex maschile + Palla getto M/F
Ore 09.00 Lungo da fermo F
Ore 09.00 salto in lungo M/F
Ore 09.00 Getto del Peso M/F
Ore 09.00 Lancio del Disco M/F
Ore 09.30 Giavellotto M/F
Ore 09.30 metri 1500 M/F
Ore 09.45 metri 800 M/F
Ore 10.00 Vortex F
Ore 10.00 metri 50 M
Ore 10.30 metri 50 F **MARTELLO F&M (FIDAL)**
Ore 10.30 lungo da fermo M
Ore 11.10 metri 150 M/F
Ore 11.30 metri 200 M/F **DISCO F&M (FIDAL)**
Ore 11.40 metri 300 M/F
Ore 11.50 metri 400 M/F
Ore 12.00 metri 100 M/F
Ore 12.15 metri 80 M/F
Ore 12.30 Metri 400 Cammino Marcia M/F
Ore 12.40 Staffette
4x 50metri M/F
3x50/100/150 M/F
4x 100 metri M/F
4x 400 M/F
13.00 Premiaz

Gli orari potrebbero subire variazioni in base agli iscritti

Programma gare FIDAL: Lancio del **Martello** – Lancio del **Disco**

Gli atleti useranno gli attrezzi di categoria

Le Iscrizioni degli atleti Fidal si riceveranno, come prassi, on line al costo di 3€ ognuna