



**CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI JUNIOR E PROMESSE OPEN (Allievi e Senior)**

**FERMO 24 e 25 Luglio 2010**

Organizzazione: A.D. Sport Atletica Fermo

**Possono partecipare tutti gli atleti tesserati delle categorie Assolute (compresi Allievi-e) ad eccezione delle gare: 110 hs – 400 hs – peso – martello – disco – giavellotto per gli Allievi e 100 hs per le Allieve.**

**Programma Tecnico 1^ Giornata**

A/J/P/S (M) 100 – 400 – 1500 – 110 hs – 3000 st - asta – lungo – disco – giavellotto – marcia Km 10 – 4x100

A/J/P/S (F) 100 – 400 – 1500 – 100 hs – 3000 st - alto – triplo – peso – martello – marcia Km 5 – 4x100

**ORARIO GARE Sabato 24 luglio 2010**

M A S C H I L E		🕒	F E M M I N I L E	
Ritrovo Giurie e Concorrenti		16.00	Ritrovo Giurie e Concorrenti	
Chiusura Iscrizioni		16.20	Chiusura iscrizioni	
<b>Asta</b>	<b>110 hs P</b>	16.30	<b>Triplo</b>	<b>Martello</b>
	<b>110 hs J</b>	16.40		
		16.50	<b>100 hs J-P-S</b>	
	<b>100 A-J-P-S</b>	17.00		
<b>Giavellotto</b>		17,15	<b>100 A-J-P-S</b>	
	<b>400</b>	17.30		<b>Peso</b>
<b>Lungo</b>		17.45	<b>400</b>	<b>Alto</b>
	<b>1500</b>	18.00		
<b>Disco</b>		18.15	<b>1500</b>	
	<b>3000 st</b>	18.30		
		18.45	<b>3000 st</b>	
	<b>4x100</b>	19.00		
		19.10	<b>4x100</b>	
	<b>Marcia Km 10</b>	19.20	<b>Marcia Km 5</b>	

- ISCRIZIONI: entro le ore 24 di giovedì 22 luglio 2010 nella sezione on-line riservata di ciascuna società; mentre le staffette all'indirizzo [sigma@fidalmarche.com](mailto:sigma@fidalmarche.com).
- Tassa gara € 2 per Atleta gara - € 4 per staffetta.
- Per quanto non contemplato nel regolamento valgono le norme statutarie della FIDAL.



**CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI JUNIOR E PROMESSE OPEN (Allievi e Senior)**

**FERMO 24 e 25 Luglio 2010**

*Organizzazione: A.D. Sport Atletica Fermo*

**Possono partecipare tutti gli atleti tesserati delle categorie Assolute (compresi Allievi-e) ad eccezione delle gare: 110 hs – 400 hs – peso – martello – disco – giavellotto per gli Allievi e 100 hs per le Allieve.**

**Programma Tecnico 2^ Giornata**

A/J/P/S (M) 200 – 800 – 5000 – 400 hs - triplo – alto – peso – martello – 4x400

A/J/P/S (F) 200 – 800 – 5000 – 400 hs – asta – lungo – disco – giavellotto – 4x400

**ORARIO GARE Domenica 25 luglio 2010**

M A S C H I L E		🕒	F E M M I N I L E	
Ritrovo Giurie e Concorrenti Martello		15.30		
Chiusura iscrizioni Martello		15.50		
Ritrovo Giurie e Concorrenti		16.00	Ritrovo Giurie e Concorrenti	
<b>Martello</b>		16.00		
Chiusura Iscrizioni		16.20	Chiusura Iscrizioni	
<b>Triplo</b>	<b>400 hs</b>	16.30	Asta	
		16.45	400 hs	Giavellotto
	<b>200</b>	17.00		
		17.15	200	
<b>Peso</b>	<b>800</b>	17,30		
<b>Alto</b>		17.45	800	Lungo
	<b>5000</b>	18.00		Disco
		18.25	5000	
	<b>4x400</b>	18.50		
		19.00	4x400	

- ISCRIZIONI: entro le ore 24 di giovedì 22 luglio 2010 nella sezione on-line riservata di ciascuna società; mentre le staffette all'indirizzo [sigma@fidalmarche.com](mailto:sigma@fidalmarche.com) .
- Tassa gara € 2 per Atleta gara - € 4 per staffetta.
- Per quanto non contemplato nel regolamento valgono le norme statutarie della FIDAL.

