

**CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE E DI SOCIETÀ PROVE MULTIPLE
A/J/P/S (M/F) e CADETTI/CADETTE
Cagliari – Stadio Comunale di Atletica Leggera
SABATO 23 E DOMENICA 24 APRILE 2022**

Per le indicazioni sulle procedure anti-COVID e le norme tecniche si rimanda ai seguenti documenti:
<https://www.fidal.it/content/Covid-19/127307>.

Sul posto gara non potranno essere effettuate nuove iscrizioni.

I tecnici delle società sono responsabili del comportamento dei propri tesserati durante tutta la permanenza all'interno dell'impianto.

REGOLAMENTO GARA

Nei concorsi delle gare di prove multiple gli atleti hanno a disposizione 3 prove.

CAMERA D'APPELLO

Gli atleti dovranno presentarsi alla Camera d'Appello con le seguenti tempistiche:

- gare di prove multiple: entro 20 minuti prima dell'orario della prima gara
- gare di corsa EXTRA: entro 20 minuti prima dell'orario previsto

PROGRESSIONI SALTO IN ALTO

CF/AF/CM: 1.11 poi di 3 cm in 3 cm

J/P/S F: 1.20 poi di 3 cm in 3 cm

SABATO 23 APRILE – ORARIO

UOMINI		ORE	DONNE	
<i>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</i>		15.30	<i>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</i>	
		16.15	Metri 100 hs. 0,76 A Eptathlon	
		16.25	Metri 100 hs. 0,84 J/P/S Eptathlon	
	Metri 100 hs. 0,84 CM Esathlon	16.30		
		16.45	Metri 80 hs. 0,76 CF Pentathlon	
		16.50		Alto A/J/P/S Eptathlon
Lungo CM Esathlon		17.00		
		17.10	<u>Metri 100 Donne EXTRA</u>	
	<u>Metri 100 Uomini EXTRA</u>	17.20		
Giavellotto CM Esathlon		18.00		Alto CF Pentathlon
		18.15		Peso A/J/P/S Eptathlon
		18.10	<u>Metri 200 Donne EXTRA</u>	
	<u>Metri 400 Uomini EXTRA</u>	18.30		
		19.00		Giavellotto CF Pentathlon
		19.10	Metri 200 A/J/P/S Eptathlon	

DOMENICA 24 APRILE – ORARIO

UOMINI		ORE	DONNE	
<i>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</i>		<i>09.30</i>	<i>RITROVO GIURIE e CONCORRENTI</i>	
Alto CM Esathlon		10.00		Lungo A/J/P/S Eptathlon
	<u>Metri 110 hs. 1,00 J</u> <u>EXTRA</u>	10.15		
		10.25	<u>Metri 100 hs. 0,84</u> <u>J/P/S EXTRA</u>	
		10.45	<u>Metri 800 Donne</u> <u>EXTRA</u>	
	<u>Metri 1500 Uomini</u> <u>EXTRA</u>	11.00		Lungo CF Pentathlon
Disco CM Esathlon		11.15		Giavellotto A/J/P/S Eptathlon
		12.10	Metri 600 CF Pentathlon	
		12.20	Metri 800 A/J/P/S Eptathlon	
	Metri 1000 CM Esathlon	12.30		

Il presente orario è indicativo e potrà subire variazioni per il buon andamento della manifestazione.

Cagliari, 20 aprile 2022