

**Indicativa Trofeo Regioni Cadetti 1^ Giornata**  
**Napoli - Virgiliano**  
**Sabato 10 Settembre 2022**

Programma Tecnico Cadetti 300 hs-80-1000-1200 st-Asta-Triplo-Giav-Disco  
 Programma Tecnico Cadette 300 hs-80-1000-1200 st-Alto-Lungo-Peso-Mart  
 Programma Tecnico Allievi Peso - Giavellotto  
 Programma Tecnico Allieve Alto - Lungo - Peso  
 Ogni atleta potrà prendere parte massimo a 2 gare nell'arco della manifestazione  
 Gareggeranno esclusivamente atleti delle categorie Cadetti  
 Alle finali dei concorsi saranno ammessi i migliori 8 atleti per ciascuna categoria  
 Progressione unica Asta Maschile: 1,80-2,00-2,10 di 10 cm in 10 cm fino a 2,50 m poi di 5 cm in 5 cm  
 Progressione unica Alto Femminile: 1,20-1,30-1,35-1,40-1,43-1,46-1,49 poi di 2 cm in 2 cm  
 Nei salti in elevazione non sono previste misure di ingresso inferiori a quelle segnalate nelle progressioni

|           |                                    |                |                              |                        |
|-----------|------------------------------------|----------------|------------------------------|------------------------|
| Ore 15,15 | Ritrovo Giurie e concorrenti       |                |                              |                        |
| Ore 16,00 |                                    | Martello C/e   | Triplo C/i                   | Alto C/e + A/e         |
| Ore 16,20 | 300 hs C/e                         |                |                              |                        |
| Ore 16,30 | 300 hs C/i                         |                |                              |                        |
| Ore 16,45 | 80 C/e                             | Disco C/i      |                              |                        |
| Ore 16,50 |                                    |                | Lungo C/e + A/e              |                        |
| Ore 17,00 | 80 C/i                             |                |                              |                        |
| Ore 17,15 |                                    | Giav C/i + A/i |                              |                        |
| Ore 17,25 | 1000 C/e                           |                |                              | Asta C/i               |
| Ore 17,35 | 1000 C/i                           |                |                              |                        |
| Ore 17,50 | 1200 st C/e + C/i                  |                |                              |                        |
| Ore 18,00 |                                    |                | Peso C/e + A/e<br>(Pedana A) |                        |
| Ore 18,10 |                                    |                |                              | Peso A/i<br>(Pedana B) |
| Ore 18,20 | 4x100 Gara test<br>rappresentativa |                |                              |                        |

**Indicativa Trofeo Regioni Cadetti/e 2^ giornata  
Napoli Virgiliano  
Domenica 11 Settembre 2022**

**Programma tecnico Cadetti 100 hs-300-2000-Lungo-Alto-Peso-Martello-Marcia 5 Km**  
**Programma tecnico Cadette 80 hs-300-2000-Asta-Triplo-Disco-Giavellotto-Marcia 3 Km**  
**Programma tecnico Allievi 110hs - Lungo - Alto**  
**Programma tecnico Allieve 100hs - Giavellotto**  
**Progressioni Asta F : 1,80-1,90- 2,00 di 10 cm in 10 cm fino a 2,50 m poi di 5 cm in 5 cm**  
**Progressioni Alto M : 1,35-1,45-1,50-1,55- di 3 cm in 3 cm fino ad 1,93 e poi di 2 cm in 2 cm**  
**Si ricorda a tutti che per i salti in elevazione non sono previste misure di ingresso**

|                                        |                                                                         |                |                 |                |
|----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------|----------------|
| Ritrovo Giurie e Concorrenti Ore 15,30 | Ore 16,30 chiusura conferma gare Ostacoli - Martello M - Asta F-Lungo M |                |                 |                |
| Ore 16,15                              |                                                                         | Mart C/i       | Lungo C/i + A/i | Asta C/e       |
| Ore 16,30                              | 80 hs C/e                                                               |                |                 |                |
| Ore 16,45                              | 100 hs C/i                                                              |                |                 |                |
| Ore 16,55                              | 100 hs A/e                                                              |                |                 |                |
| Ore 17,10                              | 110 hs A/i                                                              | Disco C/e      |                 | Alto C/i + A/i |
| Ore 17,30                              | 300 C/f                                                                 |                | Triplo C/e      |                |
| Ore 17,45                              | 300 C/m                                                                 |                |                 |                |
| Ore 18,00                              | 2000 C/i+C/e                                                            | Giav C/e + A/e |                 |                |
| Ore 18,20                              | Marcia Km 5 M+F+C/m+<br>Marcia 3 Km C/f                                 |                | Peso C/i        |                |

Le iscrizioni online si chiuderanno mercoledì 7 settembre alle ore 24.

Si ricorda che il programma potrà subire variazioni in base al numero di iscritti.