

domenica 17 luglio 2022 - Latina

Campo Coni di via Botticelli

"PENTATHLON Lanci Master"

**Manifestazione di Prove Multiple di Interesse Nazionale
Valida come Campionato Regionale Individuale Master**



Programma Gare

Master: Pentathlon: martello - peso – disco - giavellotto - martello con maniglia

ore 8,00 ritrovo

8,00	Ritrovo	
orario	Maschile M35/40/45/50/55/60/65	Femminile e Maschile M70/75/80
8,45	Martello	
10,10	Peso	Martello
10,50	Disco	Peso
11,55	Giavellotto < 25 mt	Disco
12,35	Giavellotto > 25 mt	
13,15	Martello c Maniglia	Giavellotto
14,15		Martello c Maniglia

Regolamento e Note Tecniche

Organizzazione: Nissolino Atletica Latina 80 e Fidal Latina

Partecipazione: possono partecipare tutti i tesserati Fidal sia della regione Lazio che delle altre regioni.

Iscrizioni: si effettueranno solo online fino alle ore 24,00 di giovedì 14 luglio 2022, con conferma sul campo fino ad un ora prima della gara. Responsabile Stefano Troia 3312475614 – iscrizioni@fidallazio.it

Costo Iscrizioni >>> 8,00 €

Classifiche Individuali: In ogni Categoria verranno **Premiati** i primi 3 Atleti. Ai vincitori sarà assegnata la maglia di Campione Regionale Pentathlon Master 2022.

Classifica Società: Verrà premiata con la Coppa Multistars Master, la prima società. La classifica scaturirà dalla somma dei migliori 3 punteggi indistintamente maschile e/o femminile.

Note Tecniche: come da prove multiple sono previsti 3 lanci;

Gli atleti gareggeranno con gli attrezzi di categoria.

Ristoro : sarà possibile un servizio catering da parte di "Pasta all'uovo Neri" solo su prenotazione con ordini entro le ore **24,00 del 16 luglio** tramite un messaggio whatsapp al numero 338.2485356 oppure mail a atleticalatina@gmail.com. I Pranzi saranno serviti in porzioni singole alle ore 13,00 direttamente sul campo.

Primi:

- Cannelloni al ragù
- Pasta fredda

Secondi:

- Petto di pollo panato al forno
- Salsicce

Contorni:

- Patate al forno
- Cicoria
- Broccoletti

Menù da 10€: Primo/secondo/contorno/acqua/pane

Menù da 8€: Primo o Secondo/contorno/acqua/pane

Menù da 6€: Primo o Secondo/acqua/pane