

CAMPIONATI ITALIANI INDIVIDUALI su PISTA MASTER Roma, Stadio "Paolo Rosi"
21-22-23 giugno 2024
PROGRAMMA ORARIO (del 18 giugno 2024)

VENERDI' 21 giugno		
ORARIO	UOMINI	DONNE
08:30	Martello da M75+	5000 da F60+
08:50	Asta da M65+	
09:20		5000 F50-55
09:55	5000 da M65+	
10:00	Peso M80+	
10:20	Martello M60-65-70	
11:00	100 hs M60-65 (0.84x8)	
11:20	80 hs M70-75 (0.76x7)	
11:40		80 hs F50-55 (0.76x7)
11:45	Asta M55-60	
11:55		80 hs F60+ (0.68x7)
12:00	Peso M35-40-45	
12:05	80 hs M80+ (0.68x7)	
12:20	110 hs M35-40-45 (1.00)	
12:35	100 hs M50-55 (0.91x8.50)	
12:45	Martello M50-55	100 hs F35 (0.84x8.50)
12:55		80 hs F40-45 (0.76x8)
14:00		Alto da F55+
14:20	Peso da M70-75	
14:30	Asta M35-40-45-50	Martello da F70+
15:30		Martello F60-65
15:30	400 hs M35-40-45 (0.91)	
15:45	400 hs M50-55 (0.84)	
16:00		400 hs F35-40-45 (0.76)
16:00	Lungo da M70+	
16:15		300 hs F50-F55 (0.76)
16:20	Peso M60-65	
16:30	300 hs M60-65 (0.76)	
16:40	300 hs M70-75 (0.68)	
16:50		300 hs F60-F65 (0.68)
17:00	Martello M35-40-45	

CAMPIONATI ITALIANI INDIVIDUALI su PISTA MASTER Roma, Stadio "Paolo Rosi"
21-22-23 giugno 2024
PROGRAMMA ORARIO (del 18 giugno 2024)

17:10	200 hs M80+ (0.68)	
17:30	5000 M55	
18:00		Asta F tutte le fasce di età
18:10	5000 M45-M60	Martello F50-55
18:15	Lungo M60-65	
18:50	5000 M40-M50	
19:00	Peso M50-55	
19:30		Martello F35-40-45
19:30	5000 M35	5000 F35-40-45
20:00	Lungo M50-M55	
20:15		Marcia 5000m F35-40-45-50
21:00		Marcia 5000m da F55+

L'orario potrebbe subire modifiche per esigenze organizzative.

CAMPIONATI ITALIANI INDIVIDUALI su PISTA MASTER Roma, Stadio "Paolo Rosi"
21-22-23 giugno 2024
PROGRAMMA ORARIO (del 18 giugno 2024)

SABATO 22 giugno		
ORARIO	UOMINI	DONNE
08:00	Marcia 5000m da M70+	
08:00	Disco da M75+	Giavellotto F60+
08:30	Lungo M35-40-45	
08:35	Alto da M70+	
08:55	Marcia 5000m M60-65	
09:45	Marcia 5000m M35-40-45-50-55	
09:50	Disco M65	Peso F35-40-45
10:10	Triplo M55-60-65 (Pedana A)	
10:10	Triplo da M70+ (Pedana B)	
10:30		100 da F65+
10:45	Alto M60-65	100 F60
10:55		100 F55
11:05		100 F50
11:10	Disco M60-M70	Peso F50-55
11:20		100 F45
11:35		100 F40
11:45		100 F35
11:55	100 da M80+	
12:05	100 M75	
12:10	Triplo M35-40-45-50	
12:15	100 M70	
12:25	100 M65	
12:45	100 M60	
13:05	100 M55	Peso F70+
13:20	Disco M50-55	
13:25	100 M50	
13:25	Alto M50-55	
13:45	100 M45	
14:15	100 M40	Peso da F60-65
14:25	100 M35	Lungo F55+
14:40		400 da F65+

CAMPIONATI ITALIANI INDIVIDUALI su PISTA MASTER Roma, Stadio "Paolo Rosi"
21-22-23 giugno 2024
PROGRAMMA ORARIO (del 18 giugno 2024)

14:50		400 F60
15:00		400 F55
15:15		400 F50
15:20	Disco M35-40-45	
15:30		400 F45
15:40	Alto M35-40-45	400 F40
15:40		Martello MC F35-40-45-50-55
15:50		400 F35
15:55	400 da M75+	
16:05	400 M70	
16:10	400 M65	Lungo F35-40-45 (Pedana A)
16:10		Lungo F50 (Pedana B)
16:25	400 M60	
16:35	400 M55	Lungo F55+
16:45	Giavellotto M70-75	Disco F65+
16:50	400 M50	
17:10	400 M45	
17:30	400 M40	
17:45	400 M35	
17:50	Martello MC M60-65	
18:00		1500 da F60+
18:14		1500 F55
18:15		Alto F35-40-45-50
18:20	Giavellotto M80+	Disco F55-60
18:23		1500 F50
18:32		1500 F45
18:40		1500 F40
18:50		1500 F35
19:00	1500 da M75+	
19:15	1500 M70	
19:27	1500 M65	
19:37	1500 M60	
19:47	1500 M55	
19:55		Disco F35-40-45-50

CAMPIONATI ITALIANI INDIVIDUALI su PISTA MASTER Roma, Stadio "Paolo Rosi"
21-22-23 giugno 2024
PROGRAMMA ORARIO (del 18 giugno 2024)

20:05	1500 M50	
20:20	1500 M45	
20:35	1500 M40	
20:45	1500 M35	

CAMPIONATI ITALIANI INDIVIDUALI su PISTA MASTER Roma, Stadio "Paolo Rosi"
21-22-23 giugno 2024
PROGRAMMA ORARIO (del 18 giugno 2024)

DOMENICA 23 giugno		
ORARIO	UOMINI	DONNE
08:00	Martello MC da M70+	2000 siepi da F35+
08:00		Giavellotto F35-40-45
08:30	2000 siepi da M60+	
08:55	3000 siepi M35-40-45-50-55	
09:20		Tripla F35-40-45-50
09:20		800 m da F60+
09:20		Giavellotto F50-55
09:35		800 m F55
09:43		800 m F50
09:51		800 m F45
10:00	Martello MC M50-55	800 m F40
10:08		800 m F35
10:15	800 m da M75+	
10:25	800 m M70	
10:35	800 m M65	
10:45	800 m M60	Tripla F55-60-65-70-75
10:50	Giavellotto M35-40-45	
10:55	800 m M55	
11:10	800 m M50	
11:25	800 m M45	
11:30		Martello MC da F60+
11:40	800 m M40	
11:50	800 m M35	
12:05		200 m da 65+
12:15		200 m F60
12:25		200 m F55
12:35		200 m F50
12:40	Giavellotto M60-65	
12:50		200 m F45
13:05		200 m F40

CAMPIONATI ITALIANI INDIVIDUALI su PISTA MASTER Roma, Stadio "Paolo Rosi"
21-22-23 giugno 2024
PROGRAMMA ORARIO (del 18 giugno 2024)

13:15		200 m F35
13:25	Martello MC M35-40-45	
13:25	200 m da M80+	
13:35	200 m M75	
13:40	200 m M70	
13:50	200 m M65	
14:00	Giavellotto M50-55	
14:05	200 m M60	
14:25	200 m M55	
14:45	200 m M50	
15:05	200 m M45	
15:25	200 m M40	
15:35	200 m M35	