

PROGRAMMA GARE

ESORDIENTI MASCHILI C 2019/2018	mt 50 - mt 200 – lungo – Pallina 150g
ESORDIENTI FEMMINILI C 2019/2018	mt 50 - mt 200 – lungo – Pallina 150g
ESORDIENTI MASCHILI B 2017/2016	mt 50 - mt 400 -- lungo – Vortex
ESORDIENTI FEMMINILI B 2017/2016	mt 50 - mt 400 – lungo – Vortex
ESORDIENTI MASCHILI A 2015/2043	mt 50 - mt 600 - Marcia mt 1200 – Alto -Vortex Lungo- Staffetta 4 x 50
ESORDIENTI FEMMINILI A 2015/2014	mt 50 - mt 600 - Marcia mt 1200 - Alto -Vortex Lungo- Staffetta 4 x 50
RAGAZZI 2013/2012	mt 60- mt 1000 - Marcia mt.2000 - Lungo- Peso Vortex- Alto - Staffetta 4 x 100 – mt 60 ostacoli
RAGAZZE 2013/2012	mt.60- mt 1000 - Marcia mt.2000 -Lungo - Peso Vortex - Alto-Staffetta 4 x 100 – mt 60 ostacoli
CADETTI 2011/2010	mt 80 - mt 300 - mt 600 - mt 2000 – Marcia mt 3000 - Lungo - Peso - Giavellotto – Alto - Staffetta 4 x 100
CADETTE 2011/2010	mt 80 – mt 300 - mt 600 - mt 2000 – Marcia mt 3000 - Lungo - Peso - Giavellotto – Staffetta 4 x 100 – mt 80 Hs - Alto
ALLIEVI 2009/2008	mt 100 - mt 200 – mt 400 - mt 800 - mt 1500 - Staffetta 4 x 100 assoluti – Alto - Lungo - Giavellotto - Marcia mt 3000 – Peso
ALLIEVE 2009/2008	mt 100 - mt 200 – mt 400 - mt 800 – mt 1500 - Marcia mt 3000 – Peso – Lungo - Alto Staffetta 4 x 100 assolute
JUNIORES M 2007/2006	mt 100 - mt 200 – mt 400 - mt 800 - mt 1500 – mt 3000 – Giavellotto – Peso – Marcia mt 3000 Lungo - Staffetta 4 x100 assoluti - Alto
JUNIORES F. 2007/2006	mt 100 - mt 200 – mt 400 - mt 800 – mt 1500 - mt 3000 - Giavellotto - Peso – Staffetta 4 x 100 assolute - Marcia mt 3000 – Lungo - Alto
PROMESSE M 2005/2003	mt 100 - mt 200 - mt 400 - mt 800 – mt 1500 – mt 5000 - Staffetta 4 x 100, 4 x 400 e 4 x 400 Mista M/F – Peso – Lungo – Giavellotto - Marcia mt 3000 - Alto
PROMESSE F 2005/2003	mt 100 - mt 200 - mt 400 - mt 800 – mt 1500 – mt 5000 - Staffetta 4 x 100, 4 x 400 e 4 x 400 Mista M/F – Peso - Lungo – Giavellotto - Marcia mt 3000 - Alto
ADULTI MASCHILI 2002 oltre	mt 100 - mt 200 - mt 400 - mt 800 – mt 1500 – mt 5000 – mt 3000 solo M65 e oltre - Staffetta 4 x 100, 4 x 400 e 4 x 400 Mista M/F – Peso - Lungo – Giavellotto - Marcia mt 3000 – Alto - 400 ostacoli (Seniores 23/34)

ADULTI FEMMINILI 2002 oltre	mt 100 - mt 200 - mt 400 - mt 800 – mt 1500 – mt 3000 - Staffetta 4 x 100, 4 x 400 e 4 x 400 Mista M/F – Peso - Lungo – Giavellotto - Marcia mt 3000 - Alto
-----------------------------	---

LE CATEGORIE DELLE GARE ADULTI MASCHILI E FEMMINILI SONO QUELLE CLASSICHE FIDAL (SENIORES M/F 23/34 ANNI) E MASTER

PROGRAMMA ORARIO

Venerdì 29 Agosto - mattino

ORE 09.00 – RITROVO GIURIA E CONCORRENTI

INIZIO GARE

09,30	Mt.1200 Marcia ESO A M e F	Giavellotto Allievi	Peso Ragazze	Lungo Ragazzi
09.45	Marcia km 2 Ragazzi/e			
10.05	Marcia km 3 Cadetti/e- Allievi/e – Junior M/F Adulti (Ass. Mast: M/F)			
10.25	Mt. 2000 Cadette		Peso Cadette	
10.40	Mt. 2000 Cadetti	Giavellotto Cadetti		
10,50	Mt. 100 Junior F			
11.00	Mt. 100 Junior M.		Peso Ragazzi	Lungo Ragazze
11.10	Mt. 100 Allieve			
11.20	Mt. 100 Allievi			
11.30	Mt. 100 Adulti F			
11.40	Mt. 100 Adulti M.			
11,50	Mt 100 Categoria T51			
12,00	Mt 60 Hs Ragazzi/e			
12,10	Mt. 80 Hs Cadette			

Venerdì 29 Agosto - pomeriggio

ORE 15.00 RITROVO GIURIE E CONCORRENTI

INIZIO GARE

15.20	Mt. 400 ostacoli (Sen. M.23/34)			
15.30	Mt. 60 Ragazze	Vortex Esord. A M/F		Lungo Junior M/ F.
15.45	Mt. 60 Ragazzi			
16.00	Staff. 4 x 400 Adulti Mista (M/ F)			
16.15	Staffetta 4 x 400 Adulti F	Vortex Esord. B M/F		
16.30	Staffetta 4 x 400 Adulti M	Peso Junior- Adulti F		Lungo Allievi
17.00	Mt. 300 Cadette	Pallina Esord. C M/F		
17.10	Mt. 300 Cadetti			
17.30	Staffetta 4 x 50 esordienti Tutte categorie anche miste M/F	Peso Junior M		Lungo Allieve

18,00	Mt. 1500 Allieve-Junior F- Adulte F			
18,10	Mt. 1500 Allievi			
18,20	Mt. 1500 Juniores M			
18,30	Mt. 1500 Adulti M			

Sabato 30 Agosto - mattino

ORE 8.30 RITROVO GIURIE E CONCORRENTI

INIZIO GARE

09.00	Mt. 80 Cadette	Peso Adulti M	Alto Esord. A M/F	Lungo Cadette
09.10	Mt. 80 Cadetti			
09.20	Mt.1000 Ragazze			
09.30	Mt.1000 Ragazzi			
09.40	Mt. 600 Cadette			
09.50	Mt. 600 Cadetti			
10.00	Mt 200 Esordienti C M F	Peso Allieve		
10.10	Mt. 200 Allieve - Junior F			
10.20	Mt. 200 Allievi - Junior M		Vortex Ragazze	
10.30	Mt. 200 Adulti F	Peso Allievi		
10.40	Mt. 200 Adulti M			Lungo Cadetti
10.50	Mt. 600 Esordienti A F	Peso Cadetti	Alto Cadette, Allieve, Juniores F, Promesse F, Adulti F	
11.00	Mt. 600 Esordienti A M		Vortex Ragazzi	
11.15	Mt. 400 Esordienti B F			
11.35	Mt. 400 Esordienti B M			

Sabato 30 Agosto - pomeriggio

ORE 14.45 RITROVO GIURIE E CONCORRENTI

INIZIO GARE

15.15	Mt 400 Allieve e Allievi			
15.25	Mt 400 Junior M e F			
15,30	Mt. 400 Adulti F	Giav:to Adulti- Jun.M	Alto Cadetti, Allievi, Juniores M, Promesse M, Adulti M	Lungo ESO. A M/F
15,40	Mt. 400 Adulti M			
15.50	Staffetta 4 x 100 Cadette			
16.00	Staffetta 4 x 100 Cadetti			Lungo ESO. B M/F
16.10	Staffetta 4 x 100 Ragazze			
16.20	Staffetta 4 x 100 Ragazzi	Giav,to Adulti-Jun. F		
16.30	Staffetta 4 x 100 Adulti F		Alto Ragazzi/e	Lungo ESO. C M/F
16.40	Staffetta 4 x 100 Adulti M.			
16.50	Mt.3000 Junior M e F			

17.05	Mt. 3000 Adulti F e M M65 oltre	Giavellotto Cadette		
17.35	Mt. 5000 Adulti M			

NB: LE SERIE DEI 5.000 SARANNO DEFINITE DAI TEMPI DI ACCREDITO E NON DALLE CATEGORIE

Domenica 31 Agosto – mattino

ORE 09.00 RITROVO GIURIE E CONCORRENTI

INIZIO GARE

09.30	Mt. 800 Allieve		Lungo Adulti M e F	
09.40	Mt. 800 Allievi			
09.50	Mt. 800 Adulti F - Junior F			
10.10	Mt. 800 Adulti M -Junior M			
10.40	Mt. 50 Esordienti C F			
10.50	Mt. 50 Esordienti C M			
11.00	Mt. 50 Esordienti B F			
11.10	Mt. 50 Esordienti B M			
11.25	Mt. 50 Esordienti A F			
11.35	Mt. 50 Esordienti A M			

PESO ATTREZZI

Categoria	Peso	Giavellotto
Esordienti C	Pallina 150g	
Esordienti A/B		Vortex
Ragazzi	2 kg	Vortex
Ragazze	2 kg	Vortex
Cadetti	4 kg	600 gr
Cadette	3 kg	400 gr
Allievi	5 kg	700 gr
Allieve	3 kg	500 gr
Junior M	6 kg	800 gr
JuniorF	4 kg	600 gr
Adulti M		
Anni 20/49	7.260 kg	800 gr
Anni 50/59	6 kg	700 gr
Anni 60/69	5 kg	600 gr
Anni 70/79	4 kg	500 gr
Anni 80 oltre	3 kg	400 gr
Adulti F		
Anni 20/49	4 kg	600 gr

Anni	50/59	3 kg	500 gr
Anni	60/74	3 kg	400 gr
Anni	75 oltre	2 kg	400 gr