

Gran Galà Prove Multiple estive
Riunione Regionale Allievi – Junior - Assoluti
Contorno Assoluti e Cadetti
AGROPOLI 15-16 Luglio 2016

<u>Programma Tecnico 1^giornata venerdi 15 luglio 2016</u>				
<u>Assoluti M</u>	<u>Decathlon (m.100-Lungo-Peso-Alto-m.400)</u>			
<u>Assoluti F</u>	<u>Eptathlon (m.100hs-Alto-Peso-m.200)</u>			
<u>Allievi</u>	<u>Decathlon (m.100-Lungo-Peso-Alto-m.400)</u>			
<u>Allieve</u>	<u>Eptathlon (m.100hs-Alto-Peso-m.200)</u>			
<u>Contorno Allievi, Junior e Assoluti M/F</u>	<u>m.100</u>	<u>m.800</u>	<u>100hs F</u>	
<u>Contorno Cadetti/e</u>	<u>m 80</u>	<u>m. 80hs/100hs</u>	<u>1000</u>	<u>Peso</u>
<u>ore 14.30</u>	<u>Ritrovo</u>			
	<u>Decathlon Ass + All/i</u>	<u>Eptathlon F</u>	<u>Eptathlon A/e</u>	<u>Contorno</u>
<u>ore 15.30</u>	<u>Termine conferma Prove Multiple e gare fino alle 18.00</u>			
<u>ore 15.45</u>	<u>m.100</u>	-	-	<u>Peso</u>
<u>ore 16.15</u>	<u>Lungo</u>		<u>m.100hs</u>	
<u>ore 16.30</u>		<u>m.100hs</u>		
<u>ore 16.40</u>	-	-	-	<u>m.100hs F</u>
<u>ore 16.45</u>				<u>m.100hs c/i</u>
<u>ore 16.50</u>				<u>m.100hs A/e</u>
<u>ore 17.00</u>	<u>TERMINE CONFERMA</u>	<u>Alto</u>	<u>Alto</u>	<u>m.80hs c/e</u>
<u>ore 17.15</u>		-	-	<u>m. 80 c/i</u>
<u>ore 17.30</u>	<u>Peso</u>	-		<u>m. 80 c/e</u>
<u>ore 17.45</u>		-		<u>m. 100 F</u>
<u>ore 18.00</u>				<u>m. 100 M</u>
<u>ore 18.30</u>	<u>Alto</u>	<u>Peso</u>	<u>Peso</u>	<u>m. 1000 c/e</u>
<u>ore 18.40</u>				<u>m. 1000 c/i</u>
<u>ore 19.00</u>				<u>m.800 F</u>
<u>ore 19.10</u>				<u>m.800 M</u>
<u>ore 19.30</u>	-	<u>m.200</u>	<u>m.200</u>	
<u>ore 19.45</u>	<u>m.400</u>	-	-	

<u>Programma Tecnico 2^giornata sabato 16 luglio 2016</u>				
<u>Assoluti M</u>	<u>Decathlon (m.110hs-Disco-Asta-Giavellotto-m1500)</u>			
<u>Assoluti F</u>	<u>Eptathlon (Lungo-Giavellotto-m.800)</u>			
<u>Allievi</u>	<u>Decathlon (m.110hs-Disco-Asta-Giavellotto-m1500)</u>			
<u>Allieve</u>	<u>Eptathlon (Lungo-Giavellotto-m.800)</u>			

Contorno Allievi, Junior e Assoluti M/F	400	400 hs	110hs M	200
Contorno Cadetti/e	300 hs	2000		
ore 13.45	Ritrovo			
	Decathlon Ass. M	DecathlonAll/i	Eptathlon Ass F.+ A/e	Contorno
ore 14.45	TERMINE CONFERMA GARE FINO ALLE 17.05	m. 110hs	-	
ore 14.55	m.110hs J	-	-	
ore 15.00	m.110hs M			
ore 15.15				m.110hs A/i – J -M
ore 15.30	Disco	Disco	Lungo	
ore 16.15				m. 300hs c/e
ore 16.30	TERMINE CONFERMA			m. 300hs c/i
ore 16.45	Asta	Asta	Giavellotto	m. 400hs F
ore 16.55				m. 400hs A/i
ore 17.05	-			m. 400hs M
ore 17.20				m. 2000 c/e e c/i
ore 17.40				m. 400 F
ore 17.50				m. 400 M
ore 18.15	Giavellotto	Giavellotto	m.800	
ore 18.30				m. 200 F
ore 18.40				m. 200 M
ore 19.30	m.1500	m. 1500	-	-

Il programma orario potrà subire variazioni in relazione al numero degli atleti iscritti.

ISCRIZIONI ON LINE ENTRO MARTEDI' 12.7.16