



Organizzazione: Fidal Piemonte - Tel Ufficio 011 538 221 - fidalpiemonte@fidalpiemonte.it

approvazione Fidal Piemonte n.186 /pista/2016



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale **PIEMONTE**

DS

1a FASE REGIONALE

TORINO 7 – 8 MAGGIO

ASSOLUTO





DS ASSOLUTO

1a FASE REGIONALE TORINO 7 – 8 MAGGIO

Stadio Primo Nebiolo - Viale Hugues 10

1a GIORNATA

7 MAGGIO

ore 13.00 ritrovo

conferma iscrizioni 1h prima di ogni gara

PROGRAMMA TECNICO

Donne: 100 - 400 - 1500 - 3000 siepi - 100 hs - alto - triplo - peso - martello - marcia 5000 - 4x100

Uomini: 100 - 400 - 1500 - 110 hs - 3000 siepi - asta - triplo - disco - giavellotto - marcia 10000 - 4x100

LANCI: Gruppo B accrediti peggiori (3 lanci) – Gruppo A accrediti migliori (3 lanci + 3 con ripescaggio eventuali atleti del Gruppo B)

PROGRAMMA GARE DI MASSIMA

ore 14.00: martello F - asta M - triplo M - 110 hs

ore 14.15: 100 hs

ore 14.30: 100 F

ore 14.55: 100 M - alto F

ore 15.30: disco M (gruppo B) - peso F - triplo F

ore 15.35: 400 F

ore 15.35: 400 M

ore 16.00: giavellotto M (gruppo B)

ore 16.20: 1500 F

ore 16.35: 1500 M

ore 16.55: 3000 siepi M

ore 17.00: disco M (gruppo A)

ore 17.10: 3000 siepi F – giavellotto M (gruppo A)

ore 17.30: 4x100 F

ore 17.40: 4x100 M

ore 17.30: marcia 5000 F - marcia 10000 M

2a GIORNATA

8 MAGGIO

ore 13.30 ritrovo

conferma iscrizioni 1h prima di ogni gara

PROGRAMMA TECNICO

Donne: 200 - 800 - 5000 - 400 hs - asta - lungo - disco - giavellotto - 4x400

Uomini: 200 - 800 - 5000 - 400 hs - alto - lungo - peso - martello - 4x400

LANCI: Gruppo B accrediti peggiori (3 lanci) – Gruppo A accrediti migliori (3 lanci + 3 con ripescaggio eventuali atleti del Gruppo B)

PROGRAMMA GARE DI MASSIMA

ore 14.30: martello M - asta F - 200 F

ore 15.00: 200 M

ore 15.40: 400 hs F

ore 15.55: 400 hs M - alto M

ore 16.10: 800 F - lungo F (2 pedane) - disco F

(gruppo B) – giavellotto F

ore 16.25: 800 M

ore 16.55: 5000 F - peso M

ore 17.25: 5000 M

ore 17.40: disco F (gruppo A) - lungo M (2 pedane)

ore 18.10: 4x400 F

ore 18.25: 4x400