



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Regionale Sardo

CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALI SU PISTA MASTER VALIDI COME 2[^] PROVA DEL CAMPIONATO DI SOCIETA'

CAGLIARI 2/3 LUGLIO 2011 STADIO COMUNALE

IL Comitato Regionale Sardo della F.I.D.A.L. indice e il Comitato Provinciale di Cagliari organizza il Campionato Regionale Individuale su pista Master, valido come 2[^] prova del Campionato di Società.

Le norme di partecipazione sono riportate su Atletica Comunicati n° 3, vademecum attività 2011 alle pagine 197 – 198 -199-200

Le iscrizioni si effettueranno presso il Comitato Regionale FIDAL Fax 070487673 entro il 28 Giugno 2011, indicando Nome, Cognome, numero della tessera, Società, gara da effettuare ed accredito.

La tassa d'iscrizione è di € 1,50 per Atleta gara.

SABATO 2 LUGLIO 2011

MASCHILI		FEMMINILI
Ritrovo giurie e concorrenti	15,00	Ritrovo giurie e concorrenti
Termine conferma iscrizione	15,45	Termine conferma iscrizione
Martello 35/49 Kg 7,260	16,00	Asta
Martello 50/59 Kg 6,000	16,00	Peso 35/49 Kg 4,000
Martello 60/69 Kg 5,000	16,00	
Martello 70/79 Kg 4,000	16,00	Peso 50/74 Kg 3,000
Martello 80/ed oltre Kg 3,000	16,00	Peso 75 ed oltre Kg 2,000
Lungo	16,00	Mt 80 Hs 40/49 H cm 76,2 dist mt 8,00
	16,10	Mt 80 Hs 50/59 H cm 76,2 dist mt 7,00
Mt 80 Hs 70/79 H cm 76,2 dist mt 7,00	16,20	
	16,30	Mt 80 Hs 60 ed oltre H cm 68,6 dist mt 7,00
Mt 80 Hs 80 ed oltre H cm 68,6 dist mt 7,00	16,40	
	16,50	Mt 100 Hs 35/39 H cm 84,00 dist mt 8,50
Mt 100 Hs 50/59 H cm 91,4 dist mt 8,50	17,00	Disco 35/74 Kg 1,000
Peso 35/49 Kg 7,260	17,00	Disco 75 ed oltre Kg 0,750
Peso 50/59 Kg 6,000	17,00	Lungo
Peso 60/69 Kg 5,000	17,00	
Peso 70/79 Kg 4,000	17,00	
Peso 80 ed oltre Kg 3,000	17,00	
Mt 100 Hs 60/69 H cm 83,8 dist mt 8,00	17,10	
Mt 110 Hs 35/49 H cm 99,1 dist mt 9,14	17,20	
	17,30	Mt 100
Mt 100	17,50	
Disco 35/49 Kg 2,000	18,00	
Disco 50/59 Kg 1,500	18,00	
Disco 60 ed oltre Kg 1,000	18,00	
	18,10	Mt 800
Mt 800	18,30	
Mt 10000	18,50	

Il presente orario è indicativo e potrà subire variazioni per il buon andamento della manifestazione

CAGLIARI 26 Giugno 2011

F.I.D.A.L.
Comitato Regionale Sardegna

DOMENICA 3 LUGLIO 2011 MATTINO

MASCHILI		FEMMINILI
Ritrovo giurie e concorrenti	9,30	Ritrovo giurie e concorrenti
Termine conferma iscrizione	9,45	Termine conferma iscrizione
Asta	10,00	Martello 35/49 Kg 4,000
	10,00	Martello 50/74 Kg 3,000
	10,00	Martello 75 ed oltre Kg 2,000
Mt 1500	10,00	Alto
Triplo 35/44 (mt 9 o mt 11)	10,00	
Triplo 45/54 (mt 8 o mt 10)	10,00	
Triplo 55/59 (mt 7 o mt 9)	10,00	
Triplo 60/69 (mt 6 o mt 8)	10,00	
Triplo 70 ed oltre (mt 5 o mt 7)	10,00	
	10,15	Mt 1500
Marcia Km 5	10,30	Marcia Km 5
Alto	11,00	Triplo 35/44 (mt 8 o mt 10)
Giavellotto 35/49 gr 800	11,00	Triplo 45/54 (mt 7 o mt 9)
Giavellotto 50/59 gr 700	11,00	Triplo 55/59 (mt 6 o mt 8)
Giavellotto 60/69 gr 600	11,00	Triplo 60/69 (mt 5 o mt 7)
Giavellotto 70/79 gr 500	11,00	Triplo 70 ed oltre (mt 5 o mt 6)
Giavellotto 80 ed olte gr 400	11,00	
Mt 400 Hs 35/49 H cm 91,4	11,15	
Mt 400 Hs 50/59 H cm 83,8	11,20	
	11,25	Mt 400 Hs 35/49 H cm 76,2
	11,30	Mt 300 Hs 50/59 H cm 76,2
	11,35	Mt 300 Hs 60/69 H cm 68,6
Mt 300 Hs 60/69 H cm 76,2	11,40	
	11,40	Giavellotto 35/49 gr 600
	11,40	Giavellotto 50/59 gr 500
	11,40	Giavellotto 60 ed oltre gr 400
Mt 300 Hs 70/79 H cm 68,6	11,45	
	11,50	Mt 200 Hs 70 ed oltre cm 68,6
Mt 200 Hs 80 ed oltre cm 68,6	11,55	
	12,00	Mt 200
Mt 200	12,20	
	12,40	STAFFETTA 4X100
STAFFETTA 4X100	12,50	

Il presente orario è indicativo e potrà subire variazioni per il buon andamento della manifestazione

CAGLIARI 26 Giugno 2011

F.I.D.A.L.
Comitato Regionale Sardegna

DOMENICA 3 LUGLIO 2011 POMERIG

MASCHILI		FEMMINILI
Ritrovo giurie e concorrenti	15,30	Ritrovo giurie e concorrenti
Termine conferma iscrizione	15,45	Termine conferma iscrizione
	16,00	Martello con maniglia corta 35/49 Kg 9,080
	16,00	Martello con maniglia corta 50/59 Kg 7,260
	16,00	Martello con maniglia corta 60/64 Kg 5,450
	16,00	Martello con maniglia corta 75 ed oltre Kg 4,000
	16,00	Mt 400
Mt 400	16,15	
Martello con maniglia corta 35/49 Kg 15,880	16,30	
Martello con maniglia corta 50/59 Kg 11,340	16,30	
Martello con maniglia corta 60/69 Kg 9,080	16,30	
Martello con maniglia corta 70/79 Kg 7,260	16,30	
Martello con maniglia corta 80 ed oltre Kg 5,450	16,30	
	16,30	Mt 2000 H 0,76 Siepi
Mt 2000 60 ed oltre H 0,76 Siepi	16,45	
Mt 3000 Siepi (35/59)	17,00	
	17,15	Mt 5000
Mt 5000	17,45	
	18,15	STAFFETTA 4X400
STAFFETTA 4X400	18,30	

Il presente orario è indicativo e potrà subire variazioni per il buon andamento della manifestazione

CAGLIARI 26 Giugno 2011

F.I.D.A.L.
Comitato Regionale Sardegna