

Campionati Regionali Individuali Assoluti Napoli (Virgiliano) – Manifestazione Nazionale Sabato 29 Maggio 2021

10

**Programma tecnico 1^ Giornata Uomini 110 hs - 100- 400-1500- 3000st - Asta - Triplo - Giav -
Disco - 4x100- Marcia**
**Programma Tecnico 1^ Giornata Donne 100 hs - 100-400-1500-3000st-Alto-Triplo - Peso-
Martello-4x100-Marcia 5 Km**
Le staffette non assegnano il titolo

Sabato	29 Maggio 2021		
Ritrovo Giurie e Concorrenti	Ore 14,45 + conferma gare Ostacoli e Martello f e Asta M		
Ore 15,20	100 hs F	Martello F	Asta M
Ore 15,30	110 hs M		
Ore 15,40	100 F		
Ore 16,00	100 M	Disco M	
Ore 16,45	400 F		Triplo F
Ore 17,00	400 M		
Ore 17,30	3000 st F	Peso F	
Ore 17,45	3000 st M		Triplo M
Ore 18,00	1500 F		
Ore 18,20	1500 M	Giav M	
Ore 18,40	Marcia 10 Km M+ 5 Km F		
Ore 18,50	Staffetta 4x100 F corsie esterne		Alto F
Ore 19,15	Staffetta 4x100 M corsie esterne		

Iscrizioni on line entro il 26 maggio ore 22.00

Campionati Regionali Individuali Assoluti Napoli Virgiliano – Manifestazione Nazionale Domenica 30 Maggio 2021

Programma tecnico 2^ Giornata Uomini 400 hs-200-800-5000 -Lungo-Alto -Peso-Mart.- 4x400
Programma tecnico 2^ Giornata Donne 400hs-200-800-5000-Asta-Lungo-Disco- Giav-4x400
Le staffette non assegnano il titolo

Domenica	30 Maggio 2021		
Ritrovo Giurie e Concorrenti	Ore 14,45 + conferma gare Ostacoli e Martello M e Asta F		
Ore 15,30	400 hs F	Asta F	Mart M
Ore 15,45	400 hs M		
Ore 16,00	200 F		
Ore 16,15	200 M	Disco F	Lungo F
Ore 16,50	800 F		
Ore 17,05	800 M	Peso M	Lungo M
Ore 17,30	5000 F		
Ore 17,50	5000 M		
Ore 18,30	Staffetta 4x400 F	Giav F	Alto M
Ore 18,50	Staffetta 4x400 M		

Iscrizioni on line entro il 26 maggio ore 22.00