



# F.I.D.A.L. FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA

## Comitato Regionale Marchigiano

C.d.S. ASSOLUTO SU PISTA MASCHILE E FEMMINILE  
Fase Regionale Marche - Umbria 1<sup>a</sup> Fase  
Fabriano – Stadio Comunale - 15/16 Maggio 2010

### Organizzazione Atletica Fabriano

Programma tecnico: **1<sup>a</sup> Giornata Sabato 15 Maggio 2010**  
Maschile 100-400-1500-3000 st-110 hs-4x100-Asta-Triplo-Disco-Giavellotto-Marcia Km.10  
Femminile 100-400-1500-100 hs-3000 st-4x100-Alto-Triplo-Peso-Martello-Marcia Km.5

#### PROGRAMMA ORARIO - SABATO 15 MAGGIO 2010

MASCHILE	ORA	FEMMINILE
Ritrovo Giurie e Concorrenti	14.30	Ritrovo Giurie e Concorrenti
	14.45	Martello
Termine ultimo per le variazioni	15.00	Termine ultimo per le variazioni
Asta	15.15	100 Hs
Giavellotto 110 Hs	15.30	Triplo
	15.45	100
	15.55	
	16.20	400
	16.30	Alto
Triplo Disco	16.45	1500
	16.55	
	17.20	
	17.40	3000 st
	18.00	4x100
	18.10	
Marcia Km. 10	18.30	Marcia Km. 5

Programma tecnico: **2<sup>a</sup> Giornata Domenica 16 Maggio 2010**  
Maschile 200-800-5000-400 hs-4x400-Alto-Lungo-Peso-Martello  
Femminile 200-800-5000-400 hs-4x400-Asta-Lungo-Disco-Giavellotto

#### PROGRAMMA ORARIO - DOMENICA 16 MAGGIO 2010

MASCHILE	ORA	FEMMINILE
Ritrovo Giurie e Concorrenti	14.30	Ritrovo Giurie e Concorrenti
Martello	14.45	
Termine ultimo per le variazioni	15.00	Termine ultimo per le variazioni
	15.30	
Lungo	16.00	400 Hs
	16.15	Asta
	16.30	800
	16.40	
Peso	17.00	200
Alto	17.15	Lungo Giavellotto
	17.40	5000
	18.05	
	18.30	4x400
	18.45	

Le iscrizioni dovranno essere effettuate entro le ore **24 di venerdì 14 maggio 2010**, nella sezione on-line riservata di ciascuna società. Le iscrizioni delle staffette vanno eseguite via e-mail all'indirizzo [sigma@fidalmarche.com](mailto:sigma@fidalmarche.com)

**Non verranno accettate iscrizioni sul campo.**

La tassa gara è fissata, come da regolamento, in €2,00 per atleta gara e € 4,00 per le staffette.

Per quanto riguarda il regolamento, si fa riferimento alla sezione regolamenti sul sito fidal.