

# CAMPIONATO NAZIONALE LIBERTAS DI ATLETICA LEGGERA ORVIETO 18-19 GIUGNO 2011

## Programma Tecnico:

Esordienti M/F	m.50 – m.600 – Lungo – Vortex – Staffetta 4x50
Ragazzi/e	m.60 – m.600 – Lungo – Peso – Marcia Km.2 – Staffetta 4x100
Cadetti/e	m.80 – m.300 – m.1000 – m.300hs - Asta – Lungo – Peso – Giavellotto – Marcia Km.4/3 – Staffetta 4x100
Allievi/e	m.100 – m.400 – m.800 - m.3000 – m. 400hs - Asta - Lungo – Peso – Giavellotto – Marcia Km.5 – Staffetta 4x400
Assoluti M/F	m.100 – m.400 – m.800 - m.3000 – m. 400hs - Asta - Lungo – Peso – Disco – Marcia Km.5 – Staffetta 4x400
Amatori-Master M/F	m.100 – m.400 – m.800 – m.3000 – Peso – Disco – Marcia Km.5 – Staffetta 3x1000

## Età Categorie

Esordienti M/F	2000-2001	Esor. A	2002-2003	Esor. B
Ragazzi/e	1998-1999			
Cadetti/e	1996-1997			
Allievi/e	1994-1995			
Assoluti M/F	1993 e precedenti			
Amatori M/F	1977-1988			
Masters "35" M/F	1972-1976			
Masters "40" M/F	1967-1971			
Masters "45" M/F	1962-1966			
Masters "50" M/F	1957-1961			
Masters "55" M/F	1952-1956			
Masters "60-65-70"	1951 e precedenti			

## PROGRAMMA ORARIO

### **SABATO 18 GIUGNO MATTINO**

ore 08.45	ritrovo giurie e concorrenti		
ore 09.15	Marcia km. 2	R/ZI-E	
ore 09.15	Lungo	ES/M	(Pedana "A")
ore 09.15	Lungo	ES/F	(Pedana "B")
ore 09.30	m.60	R/ZI	
ore 09.50	m.60	R/ZE	
ore 10.00	Peso	R/ZI	
ore 10.10	m.600	ES/M	
ore 10.15	Vortex	ES/M	
ore 10.25	m.600	ES/F	
ore 10.30	Lungo	R/ZI	(Pedana "A")
ore 10.30	Lungo	R/ZE	(Pedana "B")
ore 10.40	m.600	R/ZI	
ore 10.45	Peso	R/ZE	
ore 10.55	m.600	R/ZE	
ore 11.00	Vortex	ES/F	
ore 11.10	m.50	ES/M	
ore 11.30	m.50	ES/F	
ore 11.50	Staffetta 4x50	ES/M	
ore 12.05	Staffetta 4x50	ES/F	
ore 12.20	Staffetta 4x100	R/ZI	
ore 12.35	Staffetta 4x100	R/ZE	

## SABATO 18 GIUGNO POMERIGGIO

ore	14.45	ritrovo giurie e concorrenti	Marcia
ore	15.00	Marcia km. 4/3	C/TI-E
ore	15.00	ritrovo giurie e concorrenti	
ore	15.30	m.80	C/TI
ore	15.30	Asta	C/TI
ore	15.30	Lungo	C/TE
ore	15.30	Peso	C/TI
ore	15.30	Giavellotto	A/VE
ore	15.50	m.80	C/TE
ore	16.10	m.100	A/VI
ore	16.25	m.100	A/VE
ore	16.25	Peso	C/TE
ore	16.25	Giavellotto	A/VI
ore	16.35	m.100	ASS/M
ore	16.50	m.100	ASS/F
ore	16.50	Lungo	C/TI
ore	17.00	m.100	AMA-MAS/M
ore	17.15	m.100	AMA-MAS/F
ore	17.25	m.300	C/TI
ore	17.25	Peso	A/VI
ore	17.25	Giavellotto	C/TI
ore	17.25	Asta	C/TE-A/VE-ASS/F
ore	17.40	m.300	C/TE
ore	17.55	m.400	A/VI
ore	17.55	Lungo	A/VE-ASS/F
ore	18.10	m.400	A/VE
ore	18.10	Giavellotto	C/TE
ore	18.10	Peso	A/VE
ore	18.25	m.400	ASS/M
ore	18.40	m.400	ASS/F
ore	18.50	m.1000	C/TI
ore	19.05	m.1000	C/TE
ore	19.20	m.3000	A/VI
ore	19.30	m.3000	A/VE-ASS/F-AMA/MAS/F
ore	19.45	m.3000	ASS/M
ore	20.00	m.3000	AMA-MAS/M

## DOMENICA 19 GIUGNO MATTINO

ore	08.45	ritrovo giurie e concorrenti	
ore	09.00	Marcia km. 5	A/VE-ASS/F-AMA/MAS/F
ore	09.30	Marcia km. 5	A/VI-ASS/M-AMA/MAS/M
ore	09.30	Asta	A/VI-ASS/M
ore	09.30	Lungo	ASS/M
ore	09.45	Peso	AMA/MAS/M
ore	09.45	Disco	AMA/MAS/F
ore	10.10	m.400hs	ASS/M
ore	10.20	m.400hs	A/VI
ore	10.30	m.400hs	ASS/F
ore	10.30	Peso	AMA/MAS/F
ore	10.30	Disco	AMA/MAS/M
ore	10.40	m.400hs	A/VE
ore	10.40	Lungo	A/VI
ore	10.50	m.300hs	C/TI
ore	11.00	m.300hs	C/TE
ore	11.10	m.800	AMA/MAS/M
ore	11.10	Peso	ASS/M
ore	11.10	Disco	ASS/F
ore	11.20	m.800	AMA/MAS/F
ore	11.30	m.800	A/VI
ore	11.40	m.800	A/VE
ore	11.50	m.800	ASS/M
ore	12.00	m.800	ASS/F
ore	12.10	Staffetta 4x100	C/TI
ore	12.20	Staffetta 4x100	C/TE
ore	12.30	Staffetta 4x400	A/VI
ore	12.35	Staffetta 4x400	A/VE
ore	12.40	Staffetta 4x400	ASS/M
ore	12.45	Staffetta 4x400	ASS/F
ore	12.50	Staffetta 3x1000	AMA/MAS/M-F