

CSS - FASE REGIONALE DI ATLETICA LEGGERA I GRADO				BIENATE MAGNAGO, 20 MAGGIO 2025			
PROGRAMMA INDICATIVO							
GARE DI CORSA				CONCORSI			
orario	gara	categoria		orario	gara	categoria	
9.15	Ritrovo			9.15	Ritrovo		
10.00	80 HS	CF	BATTERIE	10.00	ALTO	CM	PEDANA A
A seguire	80 HS	CM	BATTERIE	10.00	ALTO	CF	PEDANA B
10.45	M. 80	CF	BATTERIE	10.00	PESO	CF	PEDANA A
A seguire	M. 80	CM	BATTERIE	A seguire	PESO	CM	PEDANA A
				A seguire	PESO	PARALIMPICI	PEDANA A
A seguire	80 HS	CF	FINALE				
A seguire	80 HS	CM	FINALE	10.15	LUNGO	CF	PEDANA A
				A seguire	LUNGO	CM	PEDANA B
A seguire	80	CF	FINALE	A seguire	LUNGO	PARALIMPICI	PEDANA A
A seguire	80	CM	FINALE				
				10.15	VORTEX	CF E PARALIMPICI	
A seguire	80	PARALIMPICI		A seguire	VORTEX	CM E PARALIMPICI	
					DISCO	PARALIMPICI	
A seguire	1000	CF	SERIE				
A seguire	1000	CM	SERIE				
A seguire	4 X 100	CF	SERIE				
A seguire	4 X 100	CM	SERIE				

Progressione ALTO MASCHILE: 1,20 - 1,30 - 1,35 - 1,40 - 1,45 - 1,48 - 1,51 - 1,54 - ecc.

Progressione ALTO FEMMINILE: 1,10 - 1,15 - 1,20 - 1,23 - 1,26 - 1,29 - 1,32 - 1,35 - ecc.

Peso femminile: Kg 3 si effettueranno n. 3 prove + 3 prove per finale (**primi 6**)

Peso maschile: Kg 4 si effettueranno n. 3 prove + 3 prove per finale (**primi 6**)

Vortex femminile e maschile: si effettueranno n. 3 prove + 3 prove per finale (**primi 6**)

Salto in lungo: si effettueranno n. 3 prove. + 3 prove per finale (**primi 6**)

Obbligo utilizzo blocchi di partenza

Per gli atleti Paralimpici vedi nota al paragrafo GARE ALUNNI CON DISABILITÀ e scheda tecnica.