

N.B. si ricorda quanto stabilito dall'Art. 11 (comma J) del regolamento:

Le gare si svolgeranno a seguire, per cui gli orari, saranno da considerare indicativi e pertanto soggetti a possibili variazioni.

Venerdì 06/9/2019 mattino - 1° giornata		
Maschile	Orario	Femminile
	09:00	1000m RF
Peso RM	09:00	
	09:00	Giavellotto CF 1g
Lungo EM 1g Ped.1	09:00	
Lungo CM 1g Ped. 2	09:00	
	09:00	Alto RF
1000m RM	09:20	
	09:36	2000m CF
2000m CM	09:47	
Lungo EM 2g Ped. 1	09:55	
Peso AM	10:04	
	10:10	800m AF
Lungo CM2 g Ped. 2	10:20	
	10:20	Giavellotto CF 2g
	10:30	800m JF
	10:35	800m SF+ Am AF
	10:41	800m Am BF +VA F + VB F
800m AM	10:48	
Peso Am AM	10:55	
800m JM	10:59	
	11:00	Lungo EF1 g Ped 1
800m SM	11:04	
800m Am AM	11:14	
800m Am BM	11:19	
800m VB M + VA M+Dis. F. M.	11:33	
Peso VA M+ VB M	11:35	
	11:35	Alto JF
	11:39	100m AF
	11:57	100m JF
Alto JM +Am BM	12:00	
	12:00	Giavellotto JF
	12:07	100m SF
	12:13	100m Am AF + Am BF
	12:15	Lungo EF 2g Ped. 1
	12:19	100m VA F + VB F
100m AM	12:24	
	12:35	Giavellotto SF+Am AF+VA F+ VB F
100m JM	12:36	
100m SM	12:45	
100m Am AM	12:59	
100m Am BM	13:04	
100m VA M	13:10	
100m VB M	13:19	

**Venerdì 06/9/2019 pomeriggio - 2° giornata**

<b>Maschile</b>	<b>Orario</b>	<b>Femminile</b>
	<b>15:30</b>	60m RF
	<b>15:30</b>	Peso SF+AmA F
Vortex EM	<b>15:30</b>	
	<b>15:30</b>	Disco CF
	<b>15:30</b>	Lungo AF Ped.1
Lungo Am AM Ped. 2	<b>15:30</b>	
Alto RM	<b>15:30</b>	
60m RM	<b>16:10</b>	
Peso CM	<b>16:20</b>	
Lungo AM Ped. 2	<b>16:20</b>	
	<b>16:30</b>	80m CF
	<b>16:55</b>	Vortex EF
80m CM	<b>17:00</b>	
	<b>17:05</b>	Disco AF
	<b>17:15</b>	Lungo Am A F+Am B F +VA F+ VB F Ped. 1
	<b>17:20</b>	100m AF finale
Peso Am BM	<b>17:25</b>	
Alto SM	<b>17:30</b>	
	<b>17:40</b>	100m JF finale
	<b>17:45</b>	100m SF finale
	<b>17:50</b>	100m Am BF finale
100m AM finale	<b>17:53</b>	
100m JM finale	<b>18:00</b>	
100m SM finale	<b>18:03</b>	
100m Am AM finale	<b>18:06</b>	
100m Am BM finale	<b>18:10</b>	
100m VM A finale	<b>18:15</b>	
100m VM B finale	<b>18:20</b>	
	<b>18:22</b>	60m RF finale
60m RM finale	<b>18:25</b>	
	<b>18:30</b>	Disco JF
	<b>18:30</b>	80m CF finale
80m CM finale	<b>18:35</b>	
	<b>18:40</b>	3000m AF +JF +SF
	<b>18:55</b>	3000m Am AF+AmBF+VA F+ VB F
Disco JM	<b>19:15</b>	
3000m AM	<b>19:15</b>	
5000m JM+ SM + Dis. F. M	<b>19:30</b>	
5000m Am AM + VA M+AB M	<b>19:55</b>	
5000m Am BM	<b>20:20</b>	

**Sabato 07/9/2019 mattino - 3° giornata**

<b>Maschile</b>	<b>Orario</b>	<b>Femminile</b>
	<b>08:30</b>	600m EF
	<b>08:30</b>	Peso AF
	<b>08:30</b>	Vortex RF 1g
Disco CM	<b>08:30</b>	
	<b>08:30</b>	Lungo JF Ped. 1
	<b>08:30</b>	Lungo CF 1g Ped. 2
Alto CM	<b>08:30</b>	
600m EM	<b>08:45</b>	
	<b>09:05</b>	600m RF
	<b>09:25</b>	Lungo SF Ped. 1
	<b>09:25</b>	Vortex RF 2g
	<b>09:30</b>	Peso Am BF
600m RM	<b>09:30</b>	
Disco AM	<b>09:40</b>	
	<b>09:43</b>	300m CF
300m CM	<b>10:05</b>	
	<b>10:10</b>	Lungo CF 2g Ped. 2
Lungo Am B M Ped.1	<b>10:19</b>	
	<b>10:20</b>	Peso VA F + VB F
Vortex Dis. Int. Rel. M/F	<b>10:20</b>	Vortex Dis. Int. Rel. M/F
	<b>10:26</b>	1500m JF +SF
	<b>10:33</b>	1500m AF+ VA F+ VB F
	<b>10:40</b>	1500m AmAF + Am BF
1500m AM	<b>10:49</b>	
	<b>10:50</b>	Alto AF
Disco SM	<b>10:50</b>	
Lungo VA M+ VB M Ped. 1	<b>11:02</b>	
Vortex RM	<b>11:07</b>	
1500m JM + Am AM	<b>11:08</b>	
1500m SM	<b>11:17</b>	
1500m Am BM + Dis. F. M.	<b>11:23</b>	
	<b>11:30</b>	Alto Am AF+ Am BF
1500m VA M + VB M	<b>11:37</b>	
	<b>11:46</b>	400m Am AF + Am BF+ Dis. Fis. F.
400m Dis. Int.Rel. M./F.	<b>11:50</b>	400m Dis. Int.Rel. M./F.
Lungo JM Ped.2	<b>11:50</b>	
	<b>12:02</b>	400m AF
Disco Am AM	<b>12:10</b>	
	<b>12:12</b>	400m JF+SF
400m JM	<b>12:22</b>	
400m SM	<b>12:32</b>	
400m Am AM	<b>12:47</b>	
400m Am BM	<b>12:52</b>	

**Sabato 07/9/2019 mattino- 4° giornata**

<b>Maschile</b>	<b>Orario</b>	<b>Femminile</b>
	<b>15:30</b>	50m EF
	<b>15:30</b>	Peso RF
Giavellotto CM 1g	<b>15:30</b>	
Disco Am BM	<b>15:30</b>	
Lungo Dis. Int. Rel. M/ F. Ped.1	<b>15:30</b>	Lungo Dis. Int. Rel. M/ F. Ped.1
	<b>15:30</b>	Lungo RF 1g Ped. 2
	<b>15:30</b>	Alto SF
50m EM	<b>15:50</b>	
Lungo RM 1g Ped. 1	<b>16:00</b>	
60m Dis. Int. Rel. M/F	<b>16:05</b>	60m Dis. Int. Rel. M/F
	<b>16:15</b>	1000mCF
Alto AM	<b>16:16</b>	
	<b>16:20</b>	Peso JF
1000m CM	<b>16:30</b>	
Giavellotto CM 2g	<b>16:35</b>	
	<b>16:43</b>	Lungo RF 2g Ped. 2
	<b>16:45</b>	200m AF
	<b>17:00</b>	200m JF
Lungo RM 2g Ped.1	<b>17:01</b>	
Disco VA M	<b>17:02</b>	
Peso SM	<b>17:05</b>	
	<b>17:10</b>	200m SF
	<b>17:20</b>	200m Am BF
	<b>17:30</b>	200m Am AF+ VA F+ VBF
200m Dis. Fis. M/F.	<b>17:35</b>	200m Dis. Fis. M/F.
	<b>17:40</b>	Giavellotto AF
200m AM	<b>17:40</b>	
	<b>17:52</b>	Lungo RF 3g Ped. 2
200m JM	<b>18:00</b>	
Disco VB M	<b>18:09</b>	
200m SM	<b>18:15</b>	
200m Am AM	<b>18:30</b>	
200m Am BM	<b>18:35</b>	
Giavellotto JM	<b>18:40</b>	
200m VA M	<b>18:45</b>	
200m VB M	<b>18:55</b>	
	<b>19:00</b>	4x100 RF/CF
4x100 RM/CM	<b>19:30</b>	
	<b>20:00</b>	4x100 AS.F
4x100 AS. M	<b>20:10</b>	

**Domenica 08/09/2019 mattino - completamento programma**

<b>Maschile</b>	<b>Orario</b>	<b>Femminile</b>
	<b>08:30</b>	60Hs RF
Peso JM + Dis. Fis. M.	<b>08:30</b>	
	<b>08:30</b>	Giavellotto Am BF
Lungo SM Ped. 1	<b>08:30</b>	
	<b>08:30</b>	Triplo AF Ped. 2
Alto Am AM	<b>08:30</b>	
60Hs RM	<b>08:46</b>	
	<b>09:03</b>	80Hs CF
	<b>09:10</b>	Alto CF
	<b>09:20</b>	Peso CF
100Hs CM	<b>09:24</b>	
Giavellotto AM	<b>09:29</b>	
100m Dis. Fis. M/F	<b>09:35</b>	100m Dis. Fis. M/F
	<b>09:40</b>	100-200-400-800 RF/CF
Triplo AM Ped. 1	<b>10:13</b>	
100-200-400-800 RM/CM	<b>10:20</b>	
	<b>10:45</b>	4x400 AS. F
4x400 AS. M	<b>10:55</b>	