

# PROGRAMMI GARA – Fase provinciale Cadetti/e 30.04.2019 CERNUSCO Lombardone

GARE DI CORSA			
orario	gara	categoria	
8.30	Ritrovo		
9.00	MARCIA 2km M - F		
9,30	80 HS	CF	Serie
A seguire	80 HS	CM	Serie
10,00	80	CF	Batterie
A seguire	80	DIS. F/ M	Serie
A seguire	80	CM	Batterie
11 circa	M. 1000	CF	SERIE
A seguire	M. 1000	CM	SERIE
11,40	80	CF	Finale
A seguire	80	CM	Finale
12 circa	4 x 100	Disabili	
A seguire	4 X 100	CF	SERIE
A seguire	4 X 100	CM	SERIE

CONCORSI			
orario	gara	categoria	pedana
8.30	Ritrovo		
9.00	ALTO	CM	unica
9.00	PESO	CF	
A seguire	PESO	CM	
9.00	LUNGO	CF	A
9.00	LUNGO	CM	B
9.00	VORTEX	CF	A
	VORTEX	CM	B

## Legenda:

CM: Cadetti Maschi; CF: Femmine; DIS: Categorie Disabilità;

DISABILITA': CATEGORIE DIR – C21 – HFD – HFC – HS – NV

NEI CONCORSI DI : LUNGO e VORTEX gli alunni DA gareggiano con le categorie CM-CF

**Progressione ALTO MASCHILE:** 1,20 - 1,30 - 1,40 - 1,45 - 1,50 - 1,53 - 1,56 - 1,58 - ecc.

**Progressione ALTO FEMMINILE:** 1,10 - 1,20 - 1,25 - 1,30 - 1,35 - 1,40 - 1,43 - 1,46 - ecc.

**Peso femminile:** Kg 3 si effettueranno n. **3 prove**

**Peso maschile:** Kg 4 si effettueranno n. **3 prove**

**Vortex CM-CF :** si effettueranno n. **3 prove**

**Salto in lungo:** si effettueranno n. **3 prove**

**Marcia: 2 km CM - CF**