



**FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA  
COMITATO PROVINCIALE DI TRIESTE**



Il Comitato Provinciale FIDAL, in collaborazione con il GGG e la FICr, organizza la

## **TROFEO CINQUE CERCHI PROVINCIA DI TRIESTE – 1° PROVA**



che avrà luogo presso Campo Cologna nella giornata di Mercoledì 28 aprile 2010

Le gare che verranno effettuate sono le seguenti:

**ESORDIENTI** TUTTI IN SABBIA Lungo da fermo + Lungo con rincorsa  
**RI/RE PROG. A** 60 - 60hs - 1000 - MARCIA - ALTO - QUADRUPLO - PESO - VORTEX  
**CADETTI/E** 80

Tutti gli atleti potranno partecipare a due gare, esclusa l'accoppiata 1000-marcia.  
La classifica finale della prova esordienti "Tutti in sabbia" sarà data dalla somma dei metri ottenuta dalla miglior misura da fermo e la miglior misura con la rincorsa. Ogni esordiente effettuerà due prove da fermo + due prove con rincorsa (battuta libera 1 metro).

### **PROGRAMMA ORARIO**

Ore	16.00	Ritrovo giurie e concorrenti				
	16.30	60 HS RE	ALTO RI	QUADRUPLO RE-RI	PESO RE	VORTEX RI
	16.40	60 HS RI				
	16.50	60 RE				
	17.00	60 RI				
	17.10	80 CE	ALTO RE	LUNGO ES pedana A + pedana B		
	17.20	80 CI			PESO RI	VORTEX RE
	17.30	1000 RE				
	17.40	1000 RI				
	17.50	MARCIA RE-RI				

**FIDAL Trieste – Settore Tecnico**