

23° MEETING INTERNAZIONALE MASTER CITTA' DI BELLINZONA

Bellinzona, Stadio Comunale – Sabato 16 settembre 2023

CATEGORIE:

Veterani	M30	M35	M40	M45	M50	M55	M60	M65	M70	M75	M80
Veterane	W30	W35	W40	W45	W50	W55	W60	W65	W70	W75	W80

PROGRAMMA GARE (inizio competizioni ore 10.00):

UOMINI		DONNE	
Alto	100 m	Alto	100 m
Asta	200 m	Lungo	200 m
Lungo	400 m	Triplo	400 m
Triplo	800 m	Peso	800 m
Peso	1500 m	Disco	1500 m
Disco	5000 m	Giavellotto	5000 m
Giavellotto	80/100/110 m ost.		80/100 m ost.
	300/400 m ost.		300/400 m ost.
	5000 m marcia		5000 m marcia

ISCRIZIONI:

entro giovedì 7 settembre 2023 per posta a: SAB Bellinzona, CP 2595, 6501 Bellinzona
o e-mai infosab@sab-bellinzona.ch

Indicando: Nome, Cognome, Anno, Società, Disciplina/e, Prestazione/i.

TASSE D'ISCRIZIONE:

Fr. 15.00 (€ 10.00) per disciplina, Fr. 12.00 (€ 8.00) dalla seconda disciplina in poi. Da pagare direttamente sul posto al ritiro del pettorale di gara.

PREMIAZIONI:

primi tre di ogni disciplina in tutte le categorie

INFORMAZIONI:

Fedele Borradori (italiano)	+41(0)76 443.57.22
Samuele Comandini (tedesco, francese, inglese)	+41(0)79 611.60.01

Per maggiori dettagli consultare il sito <http://www.sab-bellinzona.ch>

PROGRAMMA ORARIO :

UOMINI			DONNE	
	5000 m MARCIA	10.00	5000 m MARCIA	
PESO M30-M40 DISCO M70-M80 GIAVEL M50-M55	80 m ost.	11.00		
		11.10	80 m ost.	
TRIPLO		11.30		TRIPLO
	100 m ost.	11.35		
		11.45	100 m ost.	
	110 m ost.	11.55		
PESO M45 GIAVEL M60-M80 ALTO M30-M45		12.00		DISCO
		12.15	100 m	
	100 m	12.35		
		12.45		LUNGO
PESO M50-M55 DISCO M30-M40 ALTO M50-M80		13.00		
		13.10	800 m	
	800 m	13.25		
ASTA		13.30		
		13.45	400 m	
PESO M60-M65 DISCO M45	400 m	14.00		GIAVELLOTTO
LUNGO M30-M40		14.30		ALTO
		14.35	200 m	
	200 m	14.50		
PESO M70-M80 DISCO M50-M55 GIAVEL M30-M40		15.00		
		15.25	1500 m	
LUNGO M45-M80	1500 m	15.45		
DISCO M60-M65 GIAVEL M45		16.00		PESO
	300 m ost.	16.15	300 m ost.	
	400 m ost.	16.40	400 m ost.	
	5000 m	17.00	5000 m	