

Meeting Nazionale Indoor Ancona, Sabato 9 Gennaio 2010

Ritrovo ore 15.00 inizio gare ore 16.00

Programma Tecnico

Categorie	U	60	400	1500	Asta	Triplo	Categorie	D	60	400	1500	Alto	Lungo
Seniores	O	X	X	X	X	X	Seniores	O	X	X	X	X	X
Promesse	M	X	X	X	X	X	Promesse	N	X	X	X	X	X
Juniores	I	X	X	X	X	X	Juniores	N	X	X	X	X	X
Allievi	N	X	X	X	X	X	Allieve	E	X	X	X	X	X
Master	I	X	X	X			Master		X	X	X		

Gli atleti Master possono partecipare a tutta l'Attività Assoluta. Nella manifestazione i Master devono attenersi a tutte le norme tecniche e regolamenti validi per l'Attività Assoluta e devono utilizzare gli stessi attrezzi della categoria Senior.

ATTENZIONE: Preiscrizioni obbligatorie entro le ore 12.00 di venerdì 8 gennaio 2010 tramite l'area riservata(servizi on line <http://tessonline.fidal.client.z80.it/>) come illustrato nel prospetto presente sul sito www.fidalmarche.com, oppure all'indirizzo di posta elettronica sigma@fidalmarche.com

N.B. Non verranno accettate iscrizioni pervenute via FAX

Orario

UOMINI		🕒	DONNE	
Ritrovo Giurie e Concorrenti		15.00	Ritrovo Giurie e Concorrenti	
Chiusura variazioni		15.30	Chiusura variazioni	
Triplo		16.00	60 1^ Prova	
Asta	60 1^ Prova	16.20		
		17,00	60 2^ Prova	
	60 2^ Prova	17,15		
		17,30	400	Alto
	400	17,50		Lungo
		18,25	1500	
	1500	18.40		



Meeting Nazionale Indoor
Ancona, Domenica 10 Gennaio 2010
Prove multiple Giovanili

Ritrovo ore 8.30 inizio gare ore 9.00
Programma Tecnico

Categorie					
Pentathlon Allievi	60 hs .m.0,91	Alto	Peso Kg 5	Lungo	1000
Tetrathlon Allieve	60 hs m. 0,76	Peso Kg. 4	Alto	m. 400	
Tetrathlon Cadetti	60 hs m.0,84	Alto	Lungo	1000	
Tetrathlon Cadette	60 hs m.0,76	Lungo	Alto	Mt. 400	

ATTENZIONE: Preiscrizioni obbligatorie entro le ore 12.00 di venerdì 8 gennaio 2010 tramite l'area riservata(servizi on line <http://tessonline.fidal.client.z80.it/>) come illustrato nel prospetto presente sul sito www.fidalmarche.com, oppure all'indirizzo di posta elettronica sigma@fidalmarche.com. Per le iscrizioni alle prove multiple utilizzare solo l'indirizzo di posta elettronica sigma@fidalmarche.com
N.B. Non verranno accettate iscrizioni pervenute via FAX

Orario

UOMINI			DONNE	
Ritrovo Giurie e Concorrenti		08.30	Ritrovo Giurie e Concorrenti	
Chiusura variazioni		08.45	Chiusura variazioni	
Allievi	Cadetti		Allieve	Cadette
60hs m. 091		09.00		
	60 hs m. 0,84	09.15		
		09.45	60 Hs m. 076	
		10.00		60 hs m. 0,76
Alto	Alto	10.15		
		10.30	Peso	Lungo
Peso	Lungo	A seguire	Alto	Alto
Lungo	1000		400	400
1000				

Progressioni Salto in alto Allievi:

1,30-1,40-1,50-1,55-1,60-1,65-1,68-1,71-1,74-1,77-1,80-1,82-1,84-ecc.

Progressioni Salto in alto Cadetti:

1,20-1,30-1,35-1,40-1,45-1,50-1,55-1,60-1,65-1,68-1,71-1,74-1,77-1,80-1,82-1,84-ecc.

Progressioni Salto in alto Allieve e Cadette:

1,20-1,25-1,30-1,35-1,40-1,45-1,50-1,53-1,56-1,59-1,61-1,62-1,64-1,66-ecc.

Meeting Nazionale Indoor Ancona, Domenica 10 Gennaio 2010

Ritrovo ore 14.45 inizio gare ore 15.30

Programma Tecnico

Categorie	U	60 hs	200	800	Alto	Lungo	Categorie	D	60 hs	200	800	Asta	Triplo
Seniores	O	X	X	X	X	X	Seniores	O	X	X	X	X	X
Promesse	M	X	X	X	X	X	Promesse	N	X	X	X	X	X
Juniores	I	X	X	X	X	X	Juniores	N	X	X	X	X	X
Allievi	N	X	X	X	X	X	Allieve	E	X	X	X	X	X
Master	I		X	X			Master			X	X		

Gli atleti Master possono partecipare a tutta l'Attività Assoluta. Nella manifestazione i Master devono attenersi a tutte le norme tecniche e regolamenti validi per l'Attività Assoluta e devono utilizzare gli stessi attrezzi della categoria Senior.

Gli atleti delle categorie allievi, juniores maschili ed allieve femminili nell'iscrizione dovranno indicare se intendono gareggiare con gli ostacoli della propria categoria o di una categoria superiore.

ATTENZIONE: Preiscrizioni obbligatorie entro le ore 12.00 di venerdì 8 gennaio 2010 tramite l'area riservata (servizi on line <http://tessonline.fidal.client.z80.it/>) come illustrato nel prospetto presente sul sito www.fidalmarche.com, oppure all'indirizzo di posta elettronica sigma@fidalmarche.com

N.B. Non verranno accettate iscrizioni pervenute via FAX

Orario

UOMINI		🕒	DONNE	
Ritrovo Giurie e Concorrenti		14,45	Ritrovo Giurie e Concorrenti	
Chiusura variazioni		15.15	Chiusura variazioni	
		15,30	60 hs A 1^ Prova	Asta
		15,35	60 hs J/P/S 1^ Prova	
	60 hs A 1^ Prova	15,45		Triplo
	60hs J 1^ Prova	15,50		
	60 hs P/S 1^ Prova	15,55		
		16,15	60 hs 2^ Prova	
	60 hs 2^ Prova	16,30		
Lungo - Alto		16,45	200	
	200	17,15		
		17,45	800	
	800	18,00		



Meeting ROMCAFFÈ'

Meeting Nazionale Indoor

Ancona, Sabato 16 Gennaio 2010

Ritrovo ore 15.00 inizio gare ore 15.50
Programma Tecnico

Categorie	U	60	400	1500	Lungo	Peso	Categorie	D	60	400	1500	Triplo	Peso
Seniores	O	X	X	X	X	X	Seniores	O	X	X	X	X	X
Promesse	M	X	X	X	X	X	Promesse	N	X	X	X	X	X
Juniores	I	X	X	X	X	X	Juniores	N	X	X	X	X	X
Allievi	N	X	X	X	X	X	Allieve	E	X	X	X	X	X
Master	I	X	X	X			Master		X	X	X		

Gli atleti Master possono partecipare a tutta l'Attività Assoluta. Nella manifestazione i Master devono attenersi a tutte le norme tecniche e regolamenti validi per l'Attività Assoluta e devono utilizzare gli stessi attrezzi della categoria Senior.

Gli atleti delle categorie allievi e juniores maschili nell'iscrizione dovranno indicare se intendono gareggiare con il peso della propria categoria o di una categoria superiore.



In palio per il miglior risultato tecnico assoluto maschile e femminile, realizzato nel corso dell'intera manifestazione, confezioni regalo Romcaffè



Categorie	60	Lungo	Peso	Alto
EPTATHLON UOMINI	X	X	X	X
EPTATHLON JUNIORES UOMINI	X	X	X	X

ATTENZIONE: Preiscrizioni obbligatorie entro le ore 12.00 di venerdì 15 gennaio 2010 tramite l'area riservata (servizi on line <http://tessonline.fidal.client.z80.it/>) come illustrato nel prospetto presente sul sito www.fidalmarche.com, oppure all'indirizzo di posta elettronica sigma@fidalmarche.com. Per le iscrizioni alle prove multiple utilizzare solo l'indirizzo di posta elettronica sigma@fidalmarche.com

N.B. Non verranno accettate iscrizioni pervenute via FAX

Orario

UOMINI			DONNE	
Ritrovo Giurie e Concorrenti		15.00	Ritrovo Giurie e Concorrenti	
Chiusura variazioni		15.30	Chiusura variazioni	
	60 Eptathlon	15.50		
		16.00	60 1^ Prova	Peso
Lungo e Lungo Eptathlon	60 1^ Prova	16,20		
		17,10	60 2^ Prova	
Peso e Peso Eptathlon	60 2^ Prova	17,25		Triplo
		17,40	400	
	400	18,00		
Alto Eptathlon		18,30	1500	
	1500	18.45		



Meeting Nazionale Giovanile Indoor Ancona, Domenica 17 Gennaio 2010

Ritrovo ore 8.30 inizio gare ore 9.15

Programma Tecnico

Categorie	60	200	Lungo	Peso
Ragazzi/e	X	X	X	X
Cadetti/e	X	X	X	X
Categorie	60 HS	Alto		
PENTATHLON DONNE	X	X		

ATTENZIONE: Preiscrizioni obbligatorie entro le ore 12.00 di venerdì 15 gennaio 2010 tramite l'area riservata (servizi on line <http://tessonline.fidal.client.z80.it/>) come illustrato nel prospetto presente sul sito www.fidalmarche.com, oppure all'indirizzo di posta elettronica sigma@fidalmarche.com. Per le iscrizioni alle prove multiple utilizzare solo l'indirizzo di posta elettronica sigma@fidalmarche.com

N.B. Non verranno accettate iscrizioni pervenute via FAX

Orario

UOMINI			DONNE	
Ritrovo Giurie e Concorrenti		08,30	Ritrovo Giurie e Concorrenti	
Chiusura variazioni		09,00	Chiusura variazioni	
Lungo Ri		09,15	60 Re	Lungo Re-Peso Ce
Peso Ci	60 Ri	09,40		
		10,05	60 Ce	
	60 Ci	10,25		Peso Re
Lungo Ci		10,45	60 hs Pentathlon	Lungo Ce
Peso Ri		10,55	200 Re	
	200 Ri	11,20		
		11,30		Alto Pentathlon
		11,45	200 Ce	
	200 Ci	12,10		



Meeting Nazionale Indoor Ancona, Domenica 17 Gennaio 2010

Ritrovo ore 14.45 inizio gare ore 15.30

Programma Tecnico

Categorie	U	60 HS	200	800	Alto	Categorie	D	60 HS	200	800	Lungo
Seniores	O	X	X	X	X	Seniores	O	X	X	X	X
Promesse	M	X	X	X	X	Promesse	N	X	X	X	X
Juniores	I	X	X	X	X	Juniores	N	X	X	X	X
Allievi	N	X	X	X	X	Allieve	E	X	X	X	X
Master	I		X	X		Master			X	X	

Gli atleti Master possono partecipare a tutta l'Attività Assoluta. Nella manifestazione i Master devono attenersi a tutte le norme tecniche e regolamenti validi per l'Attività Assoluta e devono utilizzare gli stessi attrezzi della categoria Senior.

Gli atleti delle categorie allievi, juniores maschili ed allieve femminili nell'iscrizione dovranno indicare se intendono gareggiare con gli ostacoli della propria categoria o di una categoria superiore.

Categorie	Peso	Lungo	800
PENTATHLON DONNE	X	X	X

Categorie	60 HS	Asta	1000
EPTATHLON UOMINI	X	X	X
EPTATHLON JUNIORES UOMINI	X	X	X

ATTENZIONE: Preiscrizioni obbligatorie entro le ore 12.00 di venerdì 15 gennaio 2010 tramite l'area riservata (servizi on line <http://tessonline.fidal.client.z80.it/>) come illustrato nel prospetto presente sul sito www.fidalmarche.com, oppure all'indirizzo di posta elettronica sigma@fidalmarche.com. Per le iscrizioni alle prove multiple utilizzare solo l'indirizzo di posta elettronica sigma@fidalmarche.com

N.B. Non verranno accettate iscrizioni pervenute via FAX

Orario

UOMINI	🕒	DONNE
Ritrovo Giurie e Concorrenti	14,45	Ritrovo Giurie e Concorrenti
Chiusura variazioni	15.15	Chiusura variazioni
	15,30	60 hs A 1^ Prova
	15,40	60 hs J/P/S 1^ Prova
60 hs A 1^ Prova	15,50	
60 hs J Eptathlon	16,00	
60 hs J 1^ Prova	16,05	
60 hs P/S Eptathlon	16,15	
60 hs P/S 1^ Prova	16,20	
	16,35	60 hs 2^ Prova
	16,50	Lungo e Lungo Pentathlon
60 hs 2^ Prova	16,50	
Asta Eptathlon	17,10	200
Alto	17,35	
	18,10	800
	18,20	800 Pentathlon
	18,25	
800	18,25	
1000 Eptathlon	19,00	



Meeting Nazionale Indoor Ancona, Sabato 23 Gennaio 2010

Ritrovo ore 15.00 inizio gare ore 16.00

Programma Tecnico

Categorie	U	60 hs	200	800	Alto	Triplo	Categorie	D	60 hs	200	800	Asta	Lungo
Seniores	O	X	X	X	X	X	Seniores	O	X	X	X	X	X
Promesse	M	X	X	X	X	X	Promesse	N	X	X	X	X	X
Juniors	I	X	X	X	X	X	Juniors	N	X	X	X	X	X
Allievi	N	X	X	X	X	X	Allieve	E	X	X	X	X	X
Master	I		X	X			Master			X	X		

Gli atleti Master possono partecipare a tutta l'Attività Assoluta. Nella manifestazione i Master devono attenersi a tutte le norme tecniche e regolamenti validi per l'Attività Assoluta e devono utilizzare gli stessi attrezzi della categoria Senior.

Gli atleti delle categorie allievi, juniors maschili ed allieve femminili nell'iscrizione dovranno indicare se intendono gareggiare con gli ostacoli della propria categoria o di una categoria superiore.

ATTENZIONE: Preiscrizioni obbligatorie entro le ore 12.00 di venerdì 22 gennaio 2010 tramite l'area riservata (servizi on line <http://tessonline.fidal.client.z80.it/>) come illustrato nel prospetto presente sul sito www.fidalmarche.com, oppure all'indirizzo di posta elettronica sigma@fidalmarche.com

N.B. Non verranno accettate iscrizioni pervenute via FAX

Orario

UOMINI		🕒	DONNE	
Ritrovo Giurie e Concorrenti		15.00	Ritrovo Giurie e Concorrenti	
Chiusura variazioni		15.30	Chiusura variazioni	
Triplo		16,00	60 hs A 1^ Prova	Asta
		16,10	60 hs J/P/S 1^ Prova	
	60 hs A 1^ Prova	16,25		
	60hs J 1^ Prova	16,35		
	60 hs P/S 1^ Prova	16,45		
		17,00	60 hs 2^ Prova	Lungo
	60 hs 2^ Prova	17,15		
Alto		17,30	200	
	200	17,45		
		18,15	800	
	800	18,30		



Meeting Nazionale Indoor Ancona, Domenica 24 Gennaio 2010

Ritrovo ore 8.30 inizio gare ore 9.15

Programma Tecnico

Categorie	U	Marcia	4x200	Categorie	D	Marcia	4x200	
Seniores	O	X	X	Seniores	O	X	X	
Promesse	M	X	X	Promesse	N	X	X	
Juniors	I	X	X	Juniors	N	X	X	
Allievi	N	X	X	Allieve	E	X	X	
Master	I	X		Master		X		
Categorie	60 hs	600	1000	Alto	Asta	Lungo	Triplo	Marcia
Cadetti/e	X		X	X	X		X	X
Ragazzi/e	X	X				X		X
Esordienti A 99/00								X

La gara dei metri 1000 cadetti/e è valevole come campionato regionale individuale.

ATTENZIONE: Preiscrizioni obbligatorie entro le ore 12.00 di venerdì 22 gennaio 2010 tramite l'area riservata (servizi on line <http://tessonline.fidal.client.z80.it/>) come illustrato nel prospetto presente sul sito www.fidalmarche.com, oppure all'indirizzo di posta elettronica sigma@fidalmarche.com

N.B. Non verranno accettate iscrizioni pervenute via FAX

Orario

UOMINI		🕒	DONNE	
Ritrovo Giurie e Concorrenti		08,30	Ritrovo Giurie e Concorrenti	
Chiusura variazioni		09,00	Chiusura variazioni	
Lungo Ri	Marcia Ei Km 1	09,15	Marcia Ei Km 1	Lungo Re
	Marcia Ri Km 2	09,30	Marcia Re Km 2	
		09,30	60 hs Ce	
Asta Ci	Marcia Ci Km 3	09,45	Marcia Ce Km 3	Asta Ce
	60 hs Ci	09,50		
		10,10	60 hs Re	
		10,15	Marcia donne Km 3	
Triplo Ci	60 hs Ri	10,35		Triplo Ce
		10,45		
Alto Ci	Marcia uomini Km 5	10,50		Alto Ce
		11,20	600 Re	
	600 Ri	11,35		
		11,50	1000 Ce	
	1000 Ci	12,00		
		12,10	4X200 donne	
	4X200 uomini	12,20		

Meeting Nazionale Indoor Ancona, Domenica 24 Gennaio 2010

Ritrovo ore 14.45 inizio gare ore 15.30
Programma Tecnico

Categorie	U	60	400	1500	Peso	Lungo	Categorie	D	60	400	1500	Alto	Tripl	Peso
Seniores	O	X	X	X	X	X	Seniores	O	X	X	X	X	X	X
Promesse	M	X	X	X	X	X	Promesse	N	X	X	X	X	X	X
Juniores	I	X	X	X	X	X	Juniores	N	X	X	X	X	X	X
Allievi	N	X	X	X	X	X	Allieve	E	X	X	X	X	X	X
Master	I	X	X	X			Master		X	X	X			

Gli atleti Master possono partecipare a tutta l'Attività Assoluta. Nella manifestazione i Master devono attenersi a tutte le norme tecniche e regolamenti validi per l'Attività Assoluta e devono utilizzare gli stessi attrezzi della categoria Senior.

Gli atleti delle categorie allievi e juniores maschili nell'iscrizione dovranno indicare se intendono gareggiare con il peso della propria categoria o di una categoria superiore.

ATTENZIONE: Preiscrizioni obbligatorie entro le ore 12.00 di venerdì 22 gennaio 2010 tramite l'area riservata(servizi on line <http://tessonline.fidal.client.z80.it/>) come illustrato nel prospetto presente sul sito www.fidalmarche.com, oppure all'indirizzo di posta elettronica sigma@fidalmarche.com

N.B. Non verranno accettate iscrizioni pervenute via FAX

Orario

UOMINI		🕒	DONNE	
Ritrovo Giurie e Concorrenti		14,45	Ritrovo Giurie e Concorrenti	
Chiusura variazioni		15.15	Chiusura variazioni	
Peso		15,30	60 1^ Prova	Tripl
	60 1^ Prova	15,50		
		16,40	60 2^ Prova	
	60 2^ Prova	16,55		
Lungo		17,10	400	Alto
	400	17,40		Peso
		18,30	1500	
	1500	18,45		



Sabato 30 Gennaio e Domenica 31 Gennaio
CAMPIONATI ITALIANI di PROVE MULTIPLE
PROGRAMMA ORARIO IN VIA DI DEFINIZIONE

GARE EXTRA
Ancona, Sabato 30 Gennaio 2010

Programma Tecnico

Ritrovo ore 14.30 inizio gare ore 15.45

Categorie	U	800	1000	Categorie	D	800	1000
Seniores	O	X		Seniores	O	X	
Promesse	M	X		Promesse	N	X	
Juniores	I	X		Juniores	N	X	
Allievi	N	X	X	Allieve	E	X	X
Master	I	X		Master		X	

Gli atleti Master possono partecipare a tutta l'Attività Assoluta. Nella manifestazione i Master devono attenersi a tutte le norme tecniche e regolamenti validi per l'Attività Assoluta e devono utilizzare gli stessi attrezzi della categoria Senior.

ATTENZIONE: Preiscrizioni obbligatorie entro le ore 12.00 di venerdì 29 gennaio 2010 tramite l'area riservata(servizi on line <http://tessonline.fidal.client.z80.it/>) come illustrato nel prospetto presente sul sito www.fidalmarche.com, oppure all'indirizzo di posta elettronica sigma@fidalmarche.com

N.B. Non verranno accettate iscrizioni pervenute via FAX

Orario

UOMINI			DONNE	
Ritrovo Giurie e Concorrenti		14,30	Ritrovo Giurie e Concorrenti	
Chiusura variazioni		15,15	Chiusura variazioni	
	1000	15,45		
		16,00	1000	
	800	16,15		
		16,45	800	

N.B. Il presente orario potrà subire variazioni nel rispetto dello svolgimento delle prove del campionato italiano di prove multiple.



GARE EXTRA Ancona, Domenica 31 Gennaio 2010

Programma Tecnico

Ritrovo ore 14.15 inizio gare ore 15.30

Categorie	U	60	1500	Categorie	D	60	1500
Seniores	O	X	X	Seniores	O	X	X
Promesse	M	X	X	Promesse	N	X	X
Juniors	I	X	X	Juniors	N	X	X
Allievi	N	X	X	Allieve	E	X	X
Master	I	X	X	Master		X	X

Gli atleti Master possono partecipare a tutta l'Attività Assoluta. Nella manifestazione i Master devono attenersi a tutte le norme tecniche e regolamenti validi per l'Attività Assoluta e devono utilizzare gli stessi attrezzi della categoria Senior.

ATTENZIONE: Preiscrizioni obbligatorie entro le ore 12.00 di venerdì 29 gennaio 2010 tramite l'area riservata (servizi on line <http://tessonline.fidal.client.z80.it/>) come illustrato nel prospetto presente sul sito www.fidalmarche.com, oppure all'indirizzo di posta elettronica sigma@fidalmarche.com

N.B. Non verranno accettate iscrizioni pervenute via FAX

Orario

UOMINI			DONNE	
Ritrovo Giurie e Concorrenti		14,15	Ritrovo Giurie e Concorrenti	
Chiusura variazioni		15,00	Chiusura variazioni	
	60 1^ Prova	15,30		
		16,00	60 1^ Prova	
	60 2^ Prova	16,30		
		16,45	60 2^ Prova	
	1.500	18,15		
		18,40	1.500	

N.B. Il presente orario potrà subire variazioni nel rispetto dello svolgimento delle prove del campionato italiano di prove multiple.

Meeting Nazionale Indoor Ancona, Giovedì 4 Febbraio 2010

Ritrovo ore 17,30 Inizio gare ore 18,00

Programma Tecnico

Categorie	U	60	3000	4X200	Peso	Categorie	D	60	3000	4X200	Peso
Seniores	O	X	X	X	X	Seniores	O	X	X	X	X
Promesse	M	X	X	X	X	Promesse	N	X	X	X	X
Juniore	I	X	X	X	X	Juniore	N	X	X	X	X
Allievi	N	X	X	X	X	Allieve	E	X	X	X	X
Master	I	X	X	X	X	Master		X	X	X	X

Gare riservate alla categoria Master M/F

Categorie	Triplo	Categorie	Triplo
Master Maschile	X	Master Femminile	X

Gli atleti Master possono partecipare a tutta l'Attività Assoluta, ma devono attenersi a tutte le norme tecniche e regolamenti validi per l'Attività Assoluta e devono utilizzare gli stessi attrezzi della categoria Senior.

Gli atleti delle categorie allievi e juniores maschili nell'iscrizione dovranno indicare se intendono gareggiare con il peso della propria categoria o di una categoria superiore.

ATTENZIONE: Preiscrizioni obbligatorie entro le ore 12.00 di mercoledì 3 febbraio 2010 tramite l'area riservata(servizi on line <http://tessonline.fidal.client.z80.it/>) come illustrato nel prospetto presente sul sito www.fidalmarche.com, oppure all'indirizzo di posta elettronica sigma@fidalmarche.com

N.B. Non verranno accettate iscrizioni pervenute via FAX

Orario

UOMINI		🕒	DONNE	
Ritrovo Giurie e Concorrenti		17.30	Ritrovo Giurie e Concorrenti	
Chiusura iscrizioni		17.45	Chiusura iscrizioni	
Triplo Master		18,00	60 1^ Prova	Triplo Master
	60 1^ Prova	18,10		
		18,30	60 2^ Prova	
	60 2^ Prova	18,40		
Peso		18,50	3000	Peso
	3000	19,05		
		19,30	4X200	
	4X200	19,35		

Meeting Nazionale Indoor Ancona, Sabato 6 Febbraio 2010

Ritrovo ore 15.00 inizio gare ore 16.00

Programma Tecnico

Categorie	U	60 hs	200	800	Alto	Triplo	Categorie	D	60 hs	200	800	Asta	Lungo
Seniores	O	X	X	X	X	X	Seniores	O	X	X	X	X	X
Promesse	M	X	X	X	X	X	Promesse	N	X	X	X	X	X
Juniors	I	X	X	X	X	X	Juniors	N	X	X	X	X	X
Allievi	N	X	X	X	X	X	Allieve	E	X	X	X	X	X
Master	I		X	X			Master			X	X		

Gli atleti Master possono partecipare a tutta l'Attività Assoluta. Nella manifestazione i Master devono attenersi a tutte le norme tecniche e regolamenti validi per l'Attività Assoluta e devono utilizzare gli stessi attrezzi della categoria Seniores.

Gli atleti delle categorie allievi, juniors maschili ed allieve femminili nell'iscrizione dovranno indicare se intendono gareggiare con gli ostacoli della propria categoria o di una categoria superiore.

ATTENZIONE: Preiscrizioni obbligatorie entro le ore 12.00 di venerdì 5 febbraio 2010 tramite l'area riservata (servizi on line <http://tessonline.fidal.client.z80.it/>) come illustrato nel prospetto presente sul sito www.fidalmarche.com, oppure all'indirizzo di posta elettronica sigma@fidalmarche.com

N.B. Non verranno accettate iscrizioni pervenute via FAX

Orario

UOMINI		🕒	DONNE	
Ritrovo Giurie e Concorrenti		15.00	Ritrovo Giurie e Concorrenti	
Chiusura variazioni		15.30	Chiusura variazioni	
Triplo		16,00	60 hs A 1^ Prova	Asta
		16,10	60 hs J/P/S 1^ Prova	
	60 hs A 1^ Prova	16,25		
	60hs J 1^ Prova	16,35		
	60 hs P/S 1^ Prova	16,45		
		17,00	60 hs 2^ Prova	Lungo
	60 hs 2^ Prova	17,15		
Alto		17,30	200	
	200	17,45		
		18,15	800	
	800	18,30		



Meeting Nazionale Giovanile Indoor Ancona, Domenica 7 Febbraio 2010

Ritrovo ore 8.30 inizio gare ore 9.15

Programma Tecnico

Categorie	60	Alto	Lungo	Peso	4X200
Ragazzi/e	X	X		X	X
Cadetti/e	X		X	X	X

ATTENZIONE: Preiscrizioni obbligatorie entro le ore 12.00 di venerdì 5 febbraio 2010 tramite l'area riservata (servizi on line <http://tessonline.fidal.client.z80.it/>) come illustrato nel prospetto presente sul sito www.fidalmarche.com, oppure all'indirizzo di posta elettronica sigma@fidalmarche.com

N.B. Non verranno accettate iscrizioni pervenute via FAX

Orario

UOMINI		🕒	DONNE	
Ritrovo Giurie e Concorrenti		08,30	Ritrovo Giurie e Concorrenti	
Chiusura variazioni		09,00	Chiusura variazioni	
Lungo Ci		09,15	60 Re	Lungo Ce-Peso Ce
Peso Ci	60 Ri	09,40		
		10,10	60 Ce	
	60 Ci	10,30		
Alto Ri Peso Ri		10,50		Alto Re Peso Re
		11,15	4X200 Ce	
	4X200 Ci	11,35		
		11,55	4X200 Re	
	4X200 Ri	12,15		



KLASS
HOTEL

KLASS Meeting
Meeting Nazionale Indoor
Ancona, Domenica 7 Febbraio 2010

Ritrovo ore 14.45 inizio gare ore 15.30
Programma Tecnico

Categorie	U	60	400	1500	Asta	Lungo	Categorie	D	60	400	1500	Alto	Triplo
Seniores	O	X	X	X	X	X	Seniores	O	X	X	X	X	X
Promesse	M	X	X	X	X	X	Promesse	N	X	X	X	X	X
Juniores	I	X	X	X	X	X	Juniores	N	X	X	X	X	X
Allievi	N	X	X	X	X	X	Allieve	E	X	X	X	X	X
Master	I	X	X	X			Master		X	X	X		

Gli atleti Master possono partecipare a tutta l'Attività Assoluta. Nella manifestazione i Master devono attenersi a tutte le norme tecniche e regolamenti validi per l'Attività Assoluta e devono utilizzare gli stessi attrezzi della categoria Seniores.

★ In palio per il miglior risultato tecnico assoluto, realizzato nel corso dell'intera manifestazione, ★
un soggiorno di due notti per due persone in una splendida suite del Klass Hotel
Il soggiorno dovrà essere effettuato entro il 31/12/2010 e concordato con l'Hotel in base alla disponibilità

ATTENZIONE: Preiscrizioni obbligatorie entro le ore 12.00 di venerdì 5 febbraio 2010 tramite l'area riservata(servizi on line <http://tessonline.fidal.client.z80.it/>) come illustrato nel prospetto presente sul sito www.fidalmarche.com, oppure all'indirizzo di posta elettronica sigma@fidalmarche.com

N.B. Non verranno accettate iscrizioni pervenute via FAX

Orario







UOMINI			DONNE	
Ritrovo Giurie e Concorrenti		14,45	Ritrovo Giurie e Concorrenti	
Chiusura variazioni		15.15	Chiusura variazioni	
Asta		15,30	60 1^ Prova	Triplo
	60 1^ Prova	15,50		
		16,40	60 2^ Prova	
	60 2^ Prova	16,55		Alto
Lungo		17,10	400	
	400	17,35		
		18,20	1500	
	1500	18,30		



Sabato 13 e Domenica 14 Febbraio
 **CAMPIONATI ITALIANI INDIVIDUALI** 
ALLIEVI-JUNIORES-PROMESSE
PROGRAMMA ORARIO IN VIA DI DEFINIZIONE

Venerdì 19 - Domenica 21 Febbraio
 **CAMPIONATI ITALIANI INDIVIDUALI MASTER** 
PROGRAMMA ORARIO IN VIA DI DEFINIZIONE

Sabato 27 e Domenica 28 Febbraio
 **CAMPIONATI ITALIANI INDIVIDUALI ASSOLUTI** 
PROGRAMMA ORARIO IN VIA DI DEFINIZIONE

Sabato 6 Marzo
INCONTRO INTERNAZIONALE JUNIORES
   **ITALIA-FRANCIA-GERMANIA**   
PROGRAMMA ORARIO IN VIA DI DEFINIZIONE



Meeting Nazionale Indoor Ancona, Domenica 7 Marzo 2010 Campionato Regionale OPEN

Ritrovo ore 8.30 inizio gare ore 9.15

Programma Tecnico

Categorie	60	1000	60 hs	Alto	Lungo	Peso	Marcia	4X200
Ragazzi/e	X	X	X	X	X	X	X	X

ATTENZIONE: Preiscrizioni obbligatorie entro le ore 12.00 di venerdì 5 marzo 2010 tramite l'area riservata(servizi on line <http://tessonline.fidal.client.z80.it/>) come illustrato nel prospetto presente sul sito www.fidalmarche.com, oppure all'indirizzo di posta elettronica sigma@fidalmarche.com

N.B. Non verranno accettate iscrizioni pervenute via FAX

Orario

RAGAZZI		🕒	RAGAZZE	
Ritrovo Giurie e Concorrenti		08,30	Ritrovo Giurie e Concorrenti	
Chiusura variazioni		09,00	Chiusura variazioni	
Lungo-Peso		09,15	60 hs	Lungo-Peso
	60 hs	09,40		
		10,05	60	
	60	10,30		
Alto		10,50		Alto
		10,55	1000	
	1000	11,10		
	Marcia Km 2	11,30	Marcia Km 2	
		11,55	4X200	
	4X200	12,10		



Meeting Nazionale Indoor Ancona, Domenica 7 Marzo 2010 Campionato Regionale OPEN

Ritrovo ore 14.45 inizio gare ore 15.30

Programma Tecnico

Categorie	60	200	1000	60 hs	Alto	Lungo	Peso	Marcia
Cadetti/e	X	X	X	X	X	X	X	X

La gara dei metri 1000 cadetti/e NON è valevole come campionato regionale individuale in quanto il titolo si assegna il 24/01/10.

ATTENZIONE: Preiscrizioni obbligatorie entro le ore 12.00 di venerdì 5 marzo 2010 tramite l'area riservata(servizi on line <http://tessonline.fidal.client.z80.it/>) come illustrato nel prospetto presente sul sito www.fidalmarche.com, oppure all'indirizzo di posta elettronica sigma@fidalmarche.com

N.B. Non verranno accettate iscrizioni pervenute via FAX

Orario

CADETTI		🕒	CADETTE	
Ritrovo Giurie e Concorrenti		14,40	Ritrovo Giurie e Concorrenti	
Chiusura variazioni		15,00	Chiusura variazioni	
Lungo - Peso		15,30	60 hs	Lungo
	60 hs	15,45		
		16,00	60	
	60	16,20		Peso
Alto		16,40		Alto
		16,45	1000	
	1000	17,00		
	Marcia Km 3	17,20	Marcia Km 3	
		18,00	200	
	200	18,15		