

**Programma Campionati Italiani di Società e Promozionale
GARBAGNATE (MI) 2013**

Programma orario

Ore	SABATO mattino	Pedana
9,15	10000m	
9,30	Disco 32 M	3
	Disco 11-13; 35-38; 40-46 F	Disco
	Peso 52-54 M	Peso
9,45	Peso 52-55 F	1
10,00	Alto 11-13; 42-46 M/F	Alto
10,15	Disco 32-34 F	2
	Disco 11-13 M	Disco
10,30	100m	
	Peso 55 M	Peso
10,45	Disco 33-34 M	3
	Peso 56-58 F	1
11,15	Disco 35-38; 40-46 M	Disco
11,30	Peso 56-58 M	Peso

Pausa

Ore	SABATO pomeriggio	Pedana
16,00	Peso 11-13; 35-38; 40-46 F	Peso
	Lungo 11-12 M/F	Lungo
	Disco 52-54 M	Disco
16,30	400m	
	Peso 32-34 M	1
	Peso 32-34 F	2
	Disco 51-58 F	3
16,45	Lungo 13; 35-38; 42-46 M/F	Lungo
17,15	Peso 11-13; 35-38; 40-46 M	Peso
	Disco 55 M	Disco
17,50	1500m	
18,00	Disco 56-58 M	Disco
18,30	Staffetta 4 x 100m	

Ore	DOMENICA	Pedana
9,30	5000m	
	Giavellotto 11-13;35-38;40-46 F	Giavell.
	Giavellotto 33-34 F	1
	Giavellotto 52-54 M	3
10,00	Clava 31-32-51 M/F	Disco
	Giavellotto 52-58 F	Peso
10,15	200m	
	Giavellotto 11-13 M	Giavell.
10,30	Giavellotto 55-58 M	3
10,45	Giavellotto 33-34 M	1
11,00	Giavellotto 35-38;40-46 M	Giavell.
11,30	800m	
12,10	Staffetta 4 x 400m	

N.B. Tutte le gare si svolgeranno con la modalità delle SERIE;
non ci saranno Batterie e Finali.