



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA

## CAMPIONATI ITALIANI INDOOR MASTERS

*Ancona, 4-5-6 marzo 2011*

**Venerdì 4 marzo 2011**

<b>Orario</b>	<b>Pentathlon Uomini</b>	<b>Pentathlon Donne</b>	<b>Uomini</b>	<b>Donne</b>
10.00	Ritrovo			
11.00		60 hs		
11.20	60 hs MM60+			
11.45		Lungo Pedana B		
11.45	60 hs MM 50/55			
12.05	60 hs MM 35/45			
12.15	Lungo MM 60+ Pedana A			
12.30	Lungo MM 50/55 Pedana B			
12.45		Peso		
13.15	Lungo MM 35/45 Pedana A			
13.30		Alto Pedana A		
13.30	Peso MM 60+			
14.20	Peso MM 50/55			
15.10	Peso MM35/45			
15.15	Alto MM50+ Pedana B			
15.30		800		
16.30	Alto MM 35/45 Pedana A			
16.30				3.000
17.30			3.000 MM50+	
18.30	1.000 MM50+			
18.45	1.000 MM 35/45			
19.00			3.000 MM35/45	

**Sabato 5 marzo 2011**

<b>Orario</b>	<b>Uomini</b>	<b>Donne</b>
07.30	Ritrovo	
08.30	Peso MM80 + Kg 3	
08.45		Marcia Km 3
09.00		Lungo MF50+ Pedana A
09.00		Lungo MF35/45 Pedana B
09.00	Alto MM45/50 Pedana A	
09.00	Alto MM65 + Pedana B	
09.10	Peso MM70/75 Kg 4	
09.10	Marcia Km 3 MM65+	
09.45	Marcia Km 3 MM55/60	
10.00	Peso MM60/65 kg. 5	
10.05	Marcia Km 3 MM35/50	
10.30		1.500
11.00	1.500	
11.15	Alto MM35/40 Pedana A	
11.15	Alto MM55/60 Pedana B	
13.15	Peso MM50/55 Kg 6	
14.00	Salto Triplo MM65+ Pedana A	
14.00		60 hs
14.15	Salto Triplo MM55/60 Pedana B	
14.35	60 hs	
14.50	Peso MM45 Kg 7.260	
<b>15.10</b>	<b>PREMIAZIONE MASTER 2010</b>	
15.30		60
15.45	Peso MM40 Kg 7.260	
16.00	Salto Triplo MM45/50 Pedana A	
16.00	Salto Triplo MM35/40 Pedana B	
16.15	60	
16.40	Peso MM35 Kg 7.260	
17.30		Peso MF75+ Kg 2
18.05		Peso MF60/70Kg 3
18.20		400
19.10	400	
19.00		Peso MF50/55 Kg 3
20.30		Peso MF35/45 Kg 4

**Domenica 6 marzo 2011**

<b>Orario</b>	<b>Uomini</b>	<b>Donne</b>
07.30	Ritrovo	
08.30		Triplo
08.50		200
09.00	Asta	Asta
09.00	Lungo MM70+ Pedana A	
09.00	Lungo MM60/65 Pedana B	
09.30	200	
09.30		Alto
10.15	Lungo MM55 Pedana A	
10.15	Lungo MM50 Pedana B	
11.30	Lungo MM45 Pedana A	
11.30	Lungo MM35/40 Pedana B	
11.40		800
12.00	800	
13.30		Staffetta 4x1 giro
13.45	Staffetta 4x1 giro	