



Casella postale 2595, 6501 Bellinzona

10° MEETING INTERNAZIONALE MASTER CITTA' DI BELLINZONA

Bellinzona, Stadio Comunale – Sabato 12 settembre 2009

CATEGORIE:

Veterani	U30	U35	U40	U45	U50	U55	U60	U65	U70	U75	U80
Veterane	D30	D35	D40	D45	D50	D55	D60	D65	D70	D75	D80

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.		5000 m marcia
	5000 m marcia		

ISCRIZIONI:

entro mercoledì 26 agosto 2009 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 (€ 9.00) per disciplina da pagare direttamente sul posto al ritiro numero di gara.

PREMIAZIONI:

primi tre di ogni disciplina in tutte le categorie

INFORMAZIONI:

Fedele Borradori (italiano)	+41(0)91 825.35.34 privato	+41(0)91 814.27.28 ufficio
Pierre Zanelli (tedesco, francese, inglese)	+41(0)79 337.29.07 privato	+41(0)79 337.29.07 mobile

PRENOTAZIONI ALBERGHIERE:

Ente turistico di Bellinzona e dintorni - Tel +41(0)91 825.21.31 - Fax +41(0)91 825.38.17 –
E-mail info@bellinzonaturismo.ch – <http://www.bellinzonaturismo.ch>

PROGRAMMA ORARIO :

UOMINI			DONNE	
	5000 m MARCIA	10.00	5000 m MARCIA	
PESO U30-U40 DISCO U70-U80 GIAVELL U50-U55	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 U45 GIAVELL U60-U80 ALTO U30-U45		12.00		DISCO
		12.15	100 m	
	100 m	12.35		
		12.45		LUNGO
PESO U50-U55 DISCO U30-U40 ALTO U50-U80		13.00		
		13.10	800 m	
	800 m	13.25		
ASTA		13.30		
		13.45	400 m	
PESO U60-U65 DISCO U45	400 m	14.00		GIAVELLOTTO
LUNGO U30-U40		14.30		ALTO
		14.35	200 m	
	200 m	14.50		
PESO U70-U80 DISCO U50-U55 GIAVELL U30-U40		15.00		
		15.25	1500 m	
LUNGO U45-U80	1500 m	15.45		
DISCO U60-U65 GIAVELL U45		16.00		PESO
	300 m ost.	16.15		
	400 m ost.	16.40		
	5000 m	17.00	5000 m	