

## CAMPIONATO SVIZZERO MASTER / 19° MEETING INTERNAZIONALE MASTER CITTA' DI BELLINZONA

**Bellinzona, Stadio Comunale – Domenica 22 settembre 2019**

### CATEGORIE:

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

### PROGRAMMA GARE (inizio competizioni ore 10.00):

| UOMINI            |                           | DONNE             |                       |
|-------------------|---------------------------|-------------------|-----------------------|
| <b>Alto</b>       | <b>100 m</b>              | <b>Alto</b>       | <b>100 m</b>          |
| <b>Asta</b>       | <b>200 m</b>              | <b>Lungo</b>      | <b>200 m</b>          |
| <b>Lungo</b>      | <b>400 m</b>              | <b>Triplo*</b>    | <b>400 m</b>          |
| <b>Triplo*</b>    | <b>800 m</b>              | <b>Peso</b>       | <b>800 m</b>          |
| <b>Peso</b>       | <b>1500 m</b>             | <b>Disco</b>      | <b>1500 m</b>         |
| <b>Disco</b>      | <b>5000 m*</b>            | <b>Giavelotto</b> | <b>5000 m*</b>        |
| <b>Giavelotto</b> | <b>80/100/110 m ost.*</b> |                   | <b>80/100 m ost.*</b> |
|                   | <b>300/400 m ost.*</b>    |                   | <b>5000 m marcia*</b> |
|                   | <b>5000 m marcia*</b>     |                   |                       |

**\* Gare valide per il campionato svizzero**

### ISCRIZIONI:

**entro giovedì 12 settembre 2019** per posta a: SAB Bellinzona, CP 2595, 6501 Bellinzona  
o e-mai [infosab@sab-bellinzona.ch](mailto: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<br>(italiano)                    | +41(0)91 825.35.34 privato | +41(0)91 814.27.28 ufficio |
| Samuele Comandini<br>(tedesco, francese, inglese) | +41(0)79 611.60.01 privato |                            |

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

### PRENOTAZIONI ALBERGHIERE:

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

## PROGRAMMA ORARIO :

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

\* Gare valide per il campionato svizzero