

aggiornato al 13 luglio 2016

categorie	venerdi mattino - 1° giornata				venerdi pomeriggio - 2° giornata				sabato mattino - 3° giornata				sabato pomeriggio - 4° giornata				Domenica mattina			
EF	600				50					vortex				lungo						
EM				lungo	50					vortex			600							
RF				lungo	60	fin. 60		alto					60 hs		peso			marcia		
RM			peso	alto	60	fin. 60	vortex			staffetta 4x100	1000		lungo	60 hs				marcia	staffetta 100-200- 300-400	
CF	1000		giav.		80	fin. 80	disco				300	peso		80 hs			alto		lungo	
CM	2000		disco		lungo	80	fin. 80	peso			300		alto	100 hs		giav.				
AF	800	100			fin.100	3000			lungo		400	peso	alto	1500	200	giav.				
AM	800	100			fin.100	3000	peso		lungo		400	disco		1500	200		alto			
JF	800	100	giav.		fin.100	3000		alto			400		lungo	1500	200	peso			disco	
JM	800	100		alto	fin.100	5000	disco				400		lungo	1500	200	peso			giav.	
SF	800	100	peso		fin.100	3000		alto			400		lungo	1500	200	disco				
SM	800	100	peso		fin.100	5000			lungo	staffetta 4x100	400	giav.	alto	1500	200					
Am AF	800	100	disco		fin.100	3000			lungo		400			1500	200	peso	alto			
Am BF	800	100	disco		fin.100	3000			lungo		400	peso		1500	200		alto			
Am AM	800	100			fin.100	5000	peso				400	giav.	lungo	1500	200				alto	
Am BM	800	100			fin.100	5000		alto			400		lungo	1500	200	giav.			peso	
VF	800	100	disco		fin.100	3000			lungo			peso		1500	200					
VM	800	100			fin.100	5000	giav.						lungo	1500	200				peso	
DIS FisF	800		disco			3000			lungo		400		alto	1500	200	peso			100	
DIS FisM	800			lungo		5000	disco				400	peso		1500	200		alto		100	
DIS IntF Ag										staffetta 4x100	400	giav.			200	disco		lungo	marcia	
Dis IntM Ag											400	giav.		100 hs	200	disco		lungo	marcia	
DIS IntF Pr										60						vortex		lungo	400	
Dis IntM Pr										60						vortex		lungo	400	