

Minimi Campionati Italiani Outdoor 2012

UOMINI

GARA	ASSOLUTI	PROMESSE	JUNIORES	ALLIEVI
100 (*)	10.64	10.94	10.97	11.39
200 (*)	21.52	22.09	22.23	23.18
400 (*)	48.10	49.34	49.75	51.95
800 (**)	1:51.60	1:55.50	1:55.60	2:01.00
1500 (**)	3:50.20	3:59.00	4:02.00	4:12.60
3000 (**)	----	----	----	9:17.00
5000 (**)	14:25.00 ; 3000m: 8:15.00 ; 10000m: 30:00.00; 10 km 30:00;	15.00.00 (3000m: 8:35.00; 10.000: 32:30.00)	15.35.00 (3000m: 8:50.00; 10.000m: 34:20.00)	----
10.000 (**) (***)	31:00.00 ; 10 Km 31.00 ; 5000m 14:25.00 ; maratona 1h06.00 ; maratona 2h20.00; 3000m 8:14.00	----	----	----
3000 st (**)	9:22.00	9:58.00	9:58.00	----
2000 st (**)	----	----	----	6:45.00
110 HS (*)	14.76	15.80 (h 1,06)	15.50 (h 1,00); 15.94 (h 1,06)	15.60 (h 0,91)
400 HS (*)	54.10	55.94	56.84	58.60 (h 0.84); 59.44 (h 0.91)
ALTO	2,12	1,94	1,94	1,85
ASTA	4,80	4,20	4,10	3,50
LUNGO	7,30	6,90	6,65	6.40
TRIPLO	15,00	14,00	13,85	13.15
PESO	15.00	12,80 (kg 7,260)	13,20 (kg.6); 12,20 (kg.7,260)	13,30 (kg 5)
DISCO	48,00	40.00 (kg 2)	40,00 (kg.1,750); 37,50 (kg. 2)	39,00 (kg 1,5)
MARTELLO	57,50	44.00 (kg 7,260)	48,00 (kg.6); 42,50 (kg. 7,260)	45,00 (kg 5)
GIAVELLOTTO	61.00	52.50	50,00	46,00 (gr 700); 43.00 (gr 800)
MARCIA KM.5 (**)	----	----	----	26:00.00 (3km: 15:30.00; 10km pista-strada: 53:30.00)
MARCIA km10 (**)	Partenza e arrivo in pista-percorso su strada 45:00.00 ; 5000m 22:20.00 ; 20000m: 1h33.00.00; Km10: 45:00 ; Km 5: 22.20 ; Km 20 1h33:00 ; Km 35: 2h45:00; Km 50 - 4h05:00	49:00.00 ; 5000m 23:30.00 ; 20000m: 1h50.00.00 ; Km10: 49:00 ; Km 5: 23.30 ; Km 20 1h50:00 ; Km 35: 3h00:00 ; Km 50 - 4h30:00	52:00.00 pista-strada (5km: 25:00.00; 20km pista-strada: 1h53:00); 50km: 4h:35.00	
DECATHLON (***)	6100 (o); Eptathlon (i) 4300; Decathlon Juniores 6250 (o)	5000 (o); Eptathlon (i) 4000; Decathlon Juniores '11 5100 (o);	Decathlon Juniores 4800 (o); Eptathlon Juniores 4000; Decathlon 4600 (o); Eptathlon (i) 4000; Allievi '11 Octathlon: 4800	----
OCTATHLON (***)	----	----	----	4400 (o);); Pentathlon (i): 2400; Pentathlon Cadetti '11: 3200
4 x 100 (*)	42.44	s.m.	s.m.	44.94
4 x 400 (**)	3:20.50	s.m.	s.m.	3:35.30

(*) I minimi dei m.100, 200, 400, 100 hs, 110 hs, 400 hs e staffetta 4x100 devono essere conseguiti esclusivamente con cronometraggio automatico.

(**) I minimi dai m.800 in su, compresa la staffetta 4x400, possono essere ottenuti sia con il cronometraggio automatico che con quello manuale.

(***) Per i m. 10.000 m/f, i sono valide anche le prestazioni ottenute nei m. 10.000 nel 2011. Per le Prove Multiple sono valide anche le prestazioni ottenute nel 2011.

N.B. I minimi devono essere ottenuti con vento non superiore ai 2 m/s. Qualora non sia presente l'anemometro, tutti i risultati saranno considerati "ventosi". I minimi possono essere ottenuti in gare sia all'aperto che indoor. Legenda (o) = outdoor 2011/2012. I minimi modificati rispetto al 2011 sono evidenziati in neretto.

DONNE

GARA	ASSOLUTI	PROMESSE	JUNIORES	ALLIEVE
100 (*)	11.99	12.47	12.52	12.85
200 (*)	24.54	25.50	25.81	26.50
400 (*)	55.74	59.70	59.90	1:01.20
800 (**)	2:11.30	2:18.60	2:22.00	2:24.70
1500 (**)	4:32.00	4:46.00	4:55.00	5:04.00
3000 (**)	----	----	----	11:20.00
5000 (**)	16:50.00 ; 3000m: 9:40.00 ; 10.000m: 35:00.00 ; 10 Km: 35:00	18:30.00 ; 3000m: 10:30.00 ; 10000m 38:00.00 ; 10Km 38:00	19:00.00 ; 3000m: 10:50.00 ; 10000m: 39:00.00 ; 10 Km: 39:00	----
10.000 (**) (***)	36:30.00 (3000: 9:40.00; 5000: 17:00.00 ; maratona: 1h15:00; maratona: 2h45:00	----	----	----
2000 st (**)	----	----	----	8:20.00
3000 st (**)	11:19.00	12:22.00	12:45.00	----
100 HS (*)	14.40	15.74	15.94	15.84 (h 0,76); 16.34 (h 0,84)
400 HS (*)	1:02.50	1:08.14	1:08.14	1:09.84
ALTO	1,76	1,60	1.60	1.57
ASTA	3,70	3,00	2.95	2.70
LUNGO	5.85	5,50	5.35	5,20
TRIPLO	12.40	11.40	11.25	10,90
PESO	12.40	10.60	10.20	Kg 3: 11.50 ; Kg 4: 10.00
DISCO	42.00	33,00	31.50	29.50
MARTELLO	49,00	38.00	34.50	Kg 3: 35.50 ; Kg 4.: 33.00
GIAVELLOTTO	43,40	34.00	34.00	Kg 0.500: 33.00 ; Kg 0600: 31.00
MARCIA KM.5 (**)	Partenza e arrivo in pista-percorso su strada 10000m: 53:00.00 ; 5000m: 25:40.00 ; 3000m: 14:20.00; Km 10: 53:00 ; 5 Km 25:40 ; Km 20: 1h45:00	28:00.00; 3000m: 16:15.00; 10000m: 58:00.00 ; 5 Km: 28:00; Km 10: 58:00 ; Km 20 1h58:00	28:20.00; (3km: 16:30.00; 10km pista-strada: 58:30.00; km.20 strada: 2h00:00)	28:30.00 ; 3000m: 16:30.00; 10000m: 58:30.00 ; 5 Km 28:30.00; 10 Km 58:30
EPTATHLON (***)	4500 (o); Pentathlon (i) 3200	4000 (o); Pentathlon (i) 2800; Juniores '11 Eptathlon: 3800	3500 (o); Pentathlon (i) 2800; Allieve '11 Eptathlon: 3500	3400 '11 – 3500 '12 (o); Tetrathlon (i): 2300; Pentathlon Cadette '11: 3400
4 x 100 (*)	48.44	s.m.	s.m.	51.50
4 x 400 (**)	3:59.00	s.m.	s.m.	4:21.00

(*) I minimi dei m.100, 200, 400, 100 hs, 110 hs, 400 hs e staffetta 4x100 devono essere conseguiti esclusivamente con cronometraggio automatico.

(**) I minimi dai m.800 in su, compresa la staffetta 4x400, possono essere ottenuti sia con il cronometraggio automatico che con quello manuale.

(***) Per i m. 10.000 m/f sono valide anche le prestazioni ottenute nei m.10.000 nel 2010. Per le Prove Multiple sono valide anche le prestazioni ottenute nel 2010.

N.B. I minimi devono essere ottenuti con vento non superiore ai 2 m/s. Qualora non sia presente l'anemometro, tutti i risultati saranno considerati "ventosi". I minimi possono essere ottenuti in gare sia all'aperto che indoor. Legenda (o) = outdoor 2010/2011. I minimi modificati rispetto al 2010 sono evidenziati in neretto.