

MINIMI CAMPIONATI ITALIANI INDOOR 2019

GARA	ASSOLUTI UOMINI
60	6.92 (i); 100m: 10.60 (o); 55m: 6.44 (i); 50m: 5.96 (i)
400	48.80 (i); 48.10 (o); 400hs: 52.14; 200m: 21.60 (*)
800 (**)	1:54.00 (i); 1:52.50 (o); 1500m: 3:47.00 (*)
1500 (**)	3:54.00 (i); 3.49.00 (o); 800m: 1:54.00 (i), 1:51.00 (o); 3000m: 8:22.00 (i); 8:10.00 (o) ; 3000st 8:40.00
3000 (**)	8.20.00 (*);1500: 3.49.00(*); 5000: 14:15.00 (o); 3000 st.: 8:55.00
60 HS	8.40 (i); 110hs: 14.50 (o); 55hs: 7.86 (i); 50hs: 7.30 (i)
ALTO	2.10 (*)
ASTA	4.85 (*)
LUNGO	7.25 (*)
TRIPLO	14.90 (*)
PESO	15.00 (*)
MARCIA 5000 (**)	21:20.00 (*); 10km pista-strada: 44:00.00 (o) - 3000m: 12:45.00 (*)
EPTATHLON (***)	4300; decathlon: 6000
4 x 400 (*)	3:24.00 (i); 3:18.50 (o)

GARA	ASSOLUTI DONNE
60	7.68 (i); 100m: 12.00 (o); 55m: 7.18 (i) ; 50m: 6.68 (i)
400	56.50 (i); 55.70 (o); 400hs: 59.64; 200m: 24.64 (*)
800 (**)	2:13.00 (i); 2:11.00 (o); 1500m: 4:28.00 (*)
1500 (**)	4:35.00 (i); 4:31.00 (o); 800m: 2:14.00 (i), 2:10.00 (o); 3000m: 9:40.00(*); 3000st 10:15.00
3000 (**)	9:50.00 (*); 5000m: 16:55.00 (o); 1500m: 4:32.00 (*); 3000st.: 10:40.00
60 HS	8.84 (i); 100hs: 14.30 (o); 55hs: 8.24 (i); 50hs: 7.64 (i)
ALTO	1.72 (*)
ASTA	3.70 (*)
LUNGO	5.85 (*)
TRIPLO	12.35 (*)
PESO	12.20 (*)
MARCIA 3000 (**)	14:40.00 (*); 5000m: 25:15.00 (o); 10km pista-strada: 51:30.00
PENTATHLON (***)	3100; eptathlon: 4300
4 x 400 (*)	4:02.00 (i); 3:55.00 (o)

GARA	PROMESSE UOMINI
60	7.00 (i); 100m: 10.84 (o); 55m: 6.56 (i) ; 50m: 6.12 (i)
400	49.94 (i); 49.14 (o); 400hs: 53.14; 200m: 22.24 (*)
800 (**)	1:57.00 (i); 1:55.00 (o); 1500m: 3:55.00 (*)
1500 (**)	4:01.00 (i); 3:58.00 (o) ; 800m: 1:55.50 (i), 1:53.00 (o); 3000: 8:29.00 (*); 3000st 9:02.00
3000 (**)	8.38.00(i); 8.32.00(o); 1500: 3.54.00(*); 5000: 14:26.00 (o); 3000st.: 9:10.00
60 HS	8.84 (i); 110hs: 15.54 (o); 55hs: 8.24 (i); 50hs: 7.64; Juniores '18 H 1m.: 110hs: 15.04
ALTO	1.98 (*)
ASTA	4.30 (*)
LUNGO	6.90 (*)
TRIPLO	14.10 (*)
PESO	13.00 (*) - Juniores '18 kg.6: 14.00
MARCIA 5000 (**)	24.30.00 (*); 10km pista-strada: 50.00.00 (o) - 3000m: 14:10.00
EPTATHLON (***)	4000; decathlon: 5300; Juniores '17: 5500 (decathlon jun.); 4100 (eptathlon jun.)
4 x 200	<i>senza minimo</i>

GARA	PROMESSE DONNE
60	7.90 (i); 100m: 12.30 (o); 55m: 7.38 (i) ; 50m: 6.88 (i)
400	59.10 (i); 58.30 (o); 400hs: 1:02.14; 200m: 25.50 (*)
800 (**)	2.21.00 (i); 2.17.50 (o); 1500m: 4:40.00 (*)
1500 (**)	4:50.00 (i); 4.45.00 (o); 800: 2:18.00 (i), 2:15.00 (o); 3000m: 10:10.00 (*); 3000st 10:45.00
3000 (**)	10:10.00 (*); 5000m: 17:00.00 (o); 1500m: 4:41.00 (*); 3000st.: 10:55.00
60 HS	9.24 (i); 100hs: 15.24 (o); 55hs: 8.64 (i); 50hs: 8.04 (i)
ALTO	1.63 (*)
ASTA	3.20 (*)
LUNGO	5.45 (*)
TRIPLO	11.40 (*)
PESO	10.60 (*)
MARCIA 3000 (**)	16.20.00 (*); 5000m: 27.40.00 (o); 10km pista-strada: 56:40.00
PENTATHLON (***)	2900; eptathlon: 3900
4 x 200	<i>senza minimo</i>

GARA	JUNIORES UOMINI
60	<u>7.12</u> (i); 100: 11.14 (o); 55m: <u>6.62</u> (i) ; 50m: <u>6.13</u> (i)
200	22.85 (i); 22.45 (o)
400	51.00 (i); 50.14 (o); 400hs (h 91): 54.14; Allievi '18: 400hs (m 0.84) 54.84
800 (**)	1.59.00 (i); 1:57.50 (o); 1500m: 3:59.00 (*)
1500 (**)	<u>4:05.00 (i); 4:01.00 (o)</u> ; 800m: 1:57.50 (i); 1:56.00 (o); 3000: 8:45.00 (*); 3000st 9:15.00
60 HS	Hs m.1,00: 60hs: <u>8.70</u> (i); 110hs: 15.54 (o); 55hs: 8.14; 50hs: 7.54; Allievi '18 H m.0,91 110hs: 14.94
ALTO	1.94 (*)
ASTA	4.05 (*)
LUNGO	6.70 (*)
TRIPLO	13.60 (*)
PESO	Kg.6: 13.00(*); kg.7,260: 12.00(*); Allievi '18 kg.5: 14.80(*)
MARCIA 5000 (**)	25.00.00 (*); km.10 pista-strada: 51.00.00 (o) – 3000m: 14:30.00
EPTATHLON (***)	<u>4100</u> (eptathlon jun.) ; <u>4900</u> (decathlon jun.); 3800 (eptathlon); 4600(decathlon); Allievi '18: <u>5400</u> (decathlon); <u>3100</u> (pentathlon)
4 x 200 (*)	<u>1:37.00</u> ; 4x100: <u>43.50</u> ; 4x400: <u>3:26.00</u> ; 4x160: 1:17.00

GARA	JUNIORES DONNE
60	<u>7.90</u> (i); 100m: <u>12.30</u> (o); 55m: <u>7.38</u> (i) ; 50m: <u>6.88</u> (i)
200	25.94(i); 25.44 (o)
400	59.60 (i); 58.50 (o); 400hs: 1:02.70
800 (**)	2:22.50 (i); 2:19.50 (o); 1500m: 4:46.00 (*)
1500 (**)	4.55.00 (i); 4.50.00 (o); 800m: 2:21.00 (i), 2:18.00 (o); 3000m: 10:13.00 (*), 3000st 11:00.00; Allieve '18 2000st 7:25.00
60 HS	Hs m.0,84: 60hs: 9.50 (i); 100hs: 15.44 (o); 55hs.: 8.85; 50hs: 8.30; Allieve '18 Hs m.0,76 100hs: 15.14
ALTO	1.61 (*)
ASTA	3.10 (*)
LUNGO	5.35 (*)
TRIPLO	11.25 (*)
PESO	10.25 (*); Allieve '18 kg.3: 11.55
MARCIA 3000 (**)	16.15.00 (*); 2000m: 10.30.00; 5km pista-strada: 28:00.00 (o)); 10km pista-strada: 56:40.00
PENTATHLON (***)	2800; 3500 (eptathlon); Allieve '18: <u>3750</u> (eptathlon)
4 x 200 (*)	<u>1:49.00</u> ; 4x100: <u>49.50</u> ; 4x400: <u>4:04.00</u> ; 4x160: <u>1:29.00</u>

<i>GARA</i>	ALLIEVI
<i>60</i>	7.31 (i);100m: 11.40 (o); 55m: 6.76(i); 50m: 6.28 (i); Cadetti '18 80m: 9.1- 9.34
<i>200</i>	23.24 (*); Cadetti '18 300m: 36.5-36.64
<i>400</i>	52.14 (*); 400hs: 55.14; Cadetti '18 300m: 37.1-37.24; 300hs: 40.1- 40.24
<u>800 (**)</u>	<u>2:01.00 (i); 1:59.50 (o); 1500m: 4.07.00 (*); Cadetti '18: 1000: 2:41.00; 1200 siepi: 3:23.00</u>
<u>1500 (**)</u>	<u>4.14.00 (i); 4:11.00 (o); 800: 1:59.50 (i); 1:58.00 (o); 3000: 8:52.00 (*); 2000 siepi: 6:18.00; Cadetti '18: 1000: 2:40.00; 2000: 5:51.00; 1200 siepi: 3:23.00</u>
<i>60 HS</i>	Hs m.0,91: 60hs: <u>8.80</u> (*); 110hs: <u>15.30</u> ; 55hs: <u>8.22</u> ; 50hs: <u>7.62</u> ; Cadetti '18 H m.0,84 100hs: <u>13.6-13.84</u>
<i>ALTO</i>	1.85 (*)
<i>ASTA</i>	3.85 (*)
<i>LUNGO</i>	<u>6.45</u> (*)
<i>TRIPLO</i>	<u>13.00</u> (*)
<i>PESO</i>	13.00 (*); Cadetti '18 kg.4: 14.50
<i>MARCIA 5000 (**)</i>	26:00.00 (*); 10km pista-strada: 53:00.00; 3000m: 15:30.00;
<i>PENTATHLON (***)</i>	<u>2850</u> ; <u>5000</u> (decathlon); Cadetti '18: <u>3800</u> (esathlon)
<i>4 x 200 (*)</i>	<u>1:37.00</u> ; 4x100: 44.54; 4x400: 3:28.00; 4x160: 1:18.00

GARA	ALLIEVE
60	8.06 (i);100m:12.72 (o); 55m: 7.53 (i); 50m: 7.00 (i); Cadette '18: 80m: <u>10.0-10.24</u>
200	26.24 (*); Cadette '18: 300m: 41.2-41.34
400	1:00.34 (*); 400hs: 1:04.14; Cadette '18: 300m: 42.0-42.14; 300hs: 46.2-46.34
<u>800 (**)</u>	<u>2:23.50 (i); 2:21.50 (o); 1500m: 4.50.00 (*); Cadette '18: 1000: 3:03.50; 1200 siepi: 3:53.00</u>
<u>1500 (**)</u>	<u>4.57.00 (i); 4:53.00 (o); 800: 2:22.00 (i); 2:19.00 (o); 3000: 10:25.00 (*); 2000 siepi: 7:25.00; Cadette '18: 1000: 3:02.00; 2000: 6:41.00; 1200 siepi: 4:02.00</u>
60 HS	9.44 (i); 100hs: 15.44 (o); 55hs: 8.64; 50hs: 8.24; Cadette '18: 80hs: 12.1-12.34
ALTO	1.61 (*)
ASTA	<u>3.00</u> (*)
LUNGO	5.35 (*)
TRIPLO	<u>11.15</u> (*)
PESO	kg.3: 11.40 (*); kg.4: 10.10 (*)
MARCIA 3000 (**)	16:15.00 (*); 2000m: 10:45.00; 5km pista-strada: 28:15.00 (o); 10km pista-strada: 58:00.00
PENTATHLON (***)	<u>2800</u> ; 2200 (tetrathlon); <u>3700</u> (eptathlon); Cadette '18: <u>3600</u> (pentathlon)
4 x 200 (*)	<u>1:49.00</u> ; 4x100: <u>49.50</u> ; 4x400: <u>4:04.00</u> ; 4x160: <u>1:29.00</u>

Legenda: (i) indoor 2019; (o) outdoor 2018/2019; (*) indoor 2019 e outdoor 2018/2019.

(**) Per le gare contrassegnate con due asterischi i minimi possono essere ottenuti sia con il cronometraggio automatico che con quello manuale. I minimi outdoor devono essere ottenuti con il vento non superiore ai 2 m/s. Qualora il vento non sia stato rilevato i risultati saranno considerati "ventosi".

(***) Per le Prove Multiple sono validi anche i minimi ottenuti nell'anno precedente e quelli conseguiti nella stagione in corso all'aperto o in "mini" impianti indoor con effettuazione delle gare dei m 400, 800, 1000 e peso disputate all'aperto, rispettando comunque la successione prevista dal programma tecnico.

I minimi modificati rispetto all'anno precedente sono evidenziati in neretto sottolineato.