

MINIMI CAMPIONATI ITALIANI INDOOR 2020

GARA	ASSOLUTI UOMINI
60	6.90 (i); 100: 10.60 (o); 55: 6.42 (i); 50: 5.94 (i)
400	48.80 (i); 48.10 (o); 400 hs: 52.14; 200: 21.60 (*)
800	1:54.00 (i); 1:52.50 (o); 1500: 3:47.00 (*) (**)
1500	3:54.00 (i) (**); 3.49.00 (o) (**); 800: 1:54.00 (i), 1:51.00(o); 3000: 8:22.00 (i) (**); 8:10.00 (o) (**); 3000 siepi: 8:40.00
3000 (**)	8.20.00 (*);1500: 3.49.00(*); 5000: 14:15.00 (o); 3000 siepi: 8:55.00
60 HS	8.40(i); 110hs: 14.50(o); 55hs: 7.76 (i); 50hs: 7.10 (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); 3000: 12:45.00 (*)
EPTATHLON (***)	4700 ; Decathlon: 6300
4 x 400 (****)	3:24.00 (i); 3:18.50 (o)

GARA	ASSOLUTI DONNE
60	7.68 (i); 100: 12.00 (o); 55: 7.12 (i) ; 50: 6.56 (i)
400	56.50 (i); 55.70 (o); 400 hs: 59.64; 200: 24.64 (*)
800	2:13.00 (i); 2:11.00 (o); 1500: 4:28.00 (*) (**)
1500	4:35.00 (i) (**); 4:31.00 (o) (**); 800: 2:14.00 (i), 2:10.00(o); 3000: 9:40.00 (*) (**); 3000 siepi: 10:15.00 (**)
3000 (**)	9:50.00 (*); 5000: 16:55.00 (o); 1500: 4:32.00 (*); 3000 siepi: 10:40.00
60 HS	8.84(i); 100hs:14.30(o); 55hs: 8.16 (i); 50hs: 7.42 (i)
ALTO	1.72 (*)
ASTA	3.80 (*)
LUNGO	5.85 (*)
TRIPLO	12.35 (*)
PESO	12.20 (*)
MARCIA 3000 (**)	14:40.00 (*); 5000: 25:15.00 (o); 10km pista-strada: 51:30.00
PENTATHLON (***)	3400 ; Eptathlon: 4600
4 x 400 (****)	4:02.00 (i); 3:55.00 (o)

GARA	PROMESSE UOMINI
60	7.00 (i); 100: 10.84 (o); 55: <u>6.46</u> (i) ; 50: <u>5.98</u> (i)
400	49.94 (i); 49.14 (o); 400hs: 53.14; 200: 22.24 (*)
800	1:57.00 (i); 1:55.00 (o); 1500: 3:55.00 (*) (**)
1500	4:01.00 (i) (**); 3:58.00 (o) (**); 800: 1:55.50 (i), 1:53.00 (o); 3000: 8:29.00 (*) (**); 3000 siepi: 9:02.00 (**)
3000 (**)	8.38.00 (i); 8.32.00 (o); 1500: 3.54.00 (*) ; 5000: 14:26.00 (o); 3000 siepi: 9:10.00
60 HS	<u>8.64</u> (i); 110hs: 15.54 (o); 55hs: <u>8.00</u> (i); 50hs: <u>7.25</u> (i); Juniores '19: h 1,00: 110hs: 15.04
ALTO	1.98 (*)
ASTA	4.30 (*)
LUNGO	6.90 (*)
TRIPLO	14.10 (*)
PESO	13.00 (*) - Juniores '19 kg 6: 14.00
MARCIA 5000 (**)	24.30.00 (*) ; 10km pista-strada: 50.00.00 (o) - 3000: 14:10.00
EPTATHLON (***)	<u>4300</u> ; Decathlon: <u>5500</u> ; Juniores '19: Decathlon Jun: <u>5700</u> ; Eptathlon Jun (i): <u>4400</u>
4 x 200	senza minimo

GARA	PROMESSE DONNE
60	<u>7.84</u> (i); 100: <u>12.20</u> (o); 55: <u>7.24</u> (i) ; 50: <u>6.64</u> (i)
400	59.10 (i); 58.30 (o); 400hs: 1:02.14; 200: 25.50 (*)
800	2.21.00 (i); 2.17.50 (o); 1500: 4:40.00 (*) (**)
1500	4:50.00 (i) (**); 4.45.00 (o) (**); 800: 2:18.00 (i), 2:15.00 (o); 3000: 10:10.00 (*) (**); 3000 siepi: 10:45.00 (**)
3000 (**)	10:10.00 (*) ; 5000: 17:00.00 (o); 1500: 4:41.00 (*) ; 3000 siepi: 10:55.00
60 HS	9.24 (i); 100hs: 15.24 (o); 55hs: <u>8.54</u> (i); 50hs: <u>7.76</u> (i)
ALTO	1.63 (*)
ASTA	3.20 (*)
LUNGO	<u>5.50</u> (*)
TRIPLO	11.40 (*)
PESO	10.60 (*)
MARCIA 3000 (**)	16.20.00 (*) ; 5000: 27:40.00 (o); 10km pista-strada: 56:40.00
PENTATHLON (***)	<u>3100</u> ; Eptathlon: <u>4000</u>
4 x 200	senza minimo

GARA	JUNIORES UOMINI
60	7.12 (i); 100: 11.14 (o); 55: 6.60 (i) ; 50: 6.10 (i)
200	22.85 (i); 22.45 (o)
400	51.00 (i); 50.14 (o); 400hs (h 0,91): 54.14; Allievi '19: 400hs (h 0,84): 54.84
800	1.59.00 (i); 1:57.50 (o); 1500: 3:59.00 (*) (**)
1500	4:05.00 (i) (**), 4:01.00 (o) (**); 800: 1:57.50 (i), 1:56.00 (o); 3000: 8:45.00 (*) (**); 3000 siepi: 9:15.00 (**); Allievi '19: 2000 siepi: 6:15.00 (**)
60 HS	h 1,00: 60 hs: 8.70 (i); 110 hs: 15.54 (o); 55hs: 8.04 (i); 50hs: 7.34 (i); Allievi '19: h 0,91: 110 hs: 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 '19: kg.5: 14.80(*)
MARCIA 5000 (**)	25.00.00 (*) ; km.10 pista-strada: 51.00.00 (o) - 3000: 14:30.00
EPTATHLON (***)	Eptathlon Jun (i): 4300 ; Decathlon Jun: 5100 ; Eptathlon (i): 3800; Decathlon: 4700 ; Allievi '19: Decathlon: 5300 ; Pentathlon (i): 3100
4 x 200 (****)	1:37.00; 4x100: 43.50; 4x400: 3:26.00; 4x160: 1:17.00

GARA	JUNIORES DONNE
60	7.90 (i); 100: 12.30 (o); 55: 7.32 (i) ; 50: 6.70 (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); 1500: 4:46.00 (*) (**)
1500	4.55.00 (i) (**); 4.50.00 (o) (**); 800: 2:21.00 (i), 2:18.00 (o); 3000: 10:13.00(*) (**), 3000st:11:00.00 (**); Allieve '19: 2000st:7:25.00(**)
60 HS	h 0,84: 60 hs: 9.50 (i); 100 hs: 15.44 (o); 55 hs: 8.75 (i); 50 hs: 8.22 (i); Allieve '19: h 0,76: 100 hs: 15.14
ALTO	1.63 (*)
ASTA	3.10 (*)
LUNGO	5.50 (*)
TRIPLO	11.65 (*)
PESO	10.25 (*) ; Allieve '19: kg.3: 11.55
MARCIA 3000 (**)	16.15.00 (*) ; 2000: 10.30.00; 5 km pista-strada: 28:00.00 (o); 10km pista-strada: 56:40.00
PENTATHLON (***)	3000 ; Eptathlon: 3800 ; Allieve '19: Eptathlon: 3900
4 x 200 (****)	1:49.00; 4x100: 49.50; 4x400: 4:04.00; 4x160: 1:29.00

<i>GARA</i>	ALLIEVI
<i>60</i>	<u>7.28</u> (i); 100: 11.40 (o); 55: <u>6.72</u> (i); 50: <u>6.22</u> (i); Cadetti '19 80: 9.1-9.34
<i>200</i>	23.24 (*); Cadetti '19 300: 36.5-36.64
<i>400</i>	52.14 (*); 400hs: 55.14; Cadetti '19: 300: 37.1-37.24; 300hs: 40.1- 40.24
<i>800</i>	2:01.00 (i); 1:59.50 (o); 1500: 4.07.00 (*) (**); Cadetti '19: 1000: 2:41.00 (**); 1200 siepi: 3:23.00 (**)
<i>1500</i>	<u>4:16.00</u> (i) (**); <u>4:14.00</u> (o) (**); 800: <u>2:00.00</u> (i); <u>1:58.50</u> (o); 3000: 8:52.00 (*) (**); 2000 siepi: 6:18.00 (**); Cadetti '19: 1000: 2:40.00 (**); 2000: 5:51.00 (**); 1200 siepi: 3:23.00 (**)
<i>60 HS</i>	h 0,91: 60 hs: <u>8.68</u> (i); 110 hs: 15.30; 55 hs: <u>8.05</u> (i); 50 hs: <u>7.30</u> (i); Cadetti '19: h 0,84: 100 hs: 13.6-13.84
<i>ALTO</i>	<u>1.88</u> (*)
<i>ASTA</i>	<u>3.80</u> (*)
<i>LUNGO</i>	6.45 (*)
<i>TRIPLO</i>	<u>13.15</u> (*)
<i>PESO</i>	13.00 (*); Cadetti '19: kg.4: 14.50
<i>MARCIA 5000 (**)</i>	26:00.00 (*); 10km pista-strada: 53:00.00; 3000: 15:30.00;
<i>PENTATHLON (***)</i>	<u>3100</u> ; Decathlon: <u>5100</u> ; Cadetti '19: Esathlon: <u>3900</u>
<i>4 x 200 (****)</i>	1:37.00; 4x100: 44.54; 4x400: 3:28.00; 4x160: 1:18.00

GARA	ALLIEVE
60	8.05 (i); 100: 12.72 (o); 55: 7.45 (i); 50: 6.85 (i); Cadette '19: 80: 10.0-10.24
200	26.10 (*); Cadette '19: 300: 40.9-41.04
400	1:00.34 (*); 400 hs: 1:04.14; Cadette '19: 300: 42.0-42.14; 300 hs: 46.2-46.34
800	2:23.50 (i); 2:21.50 (o); 1500: 4.50.00 (*) (**); Cadette '19: 1000: 3:03.50 (**); 1200 siepi: 3:53.00 (**)
1500	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 '19: 1000: 3:02.00 (**); 2000: 6:41.00 (**); 1200 siepi: 4:02.00 (**)
60 HS	9.34 (i); 100 hs: 15.44 (o); 55 hs: 8.60 (i); 50 hs: 7.84 (i); Cadette '19: 80 hs: 12.1-12.34
ALTO	1.61 (*)
ASTA	3.00 (*)
LUNGO	5.35 (*)
TRIPLO	11.25 (*)
PESO	kg.3: 11.40 (*); kg.4: 10.10 (*)
MARCIA 3000 (**)	16:15.00 (*); 2000: 10:45.00; 5km pista-strada: 28:15.00 (o); 10km pista-strada: 58:00.00
PENTATHLON (***)	3100 ; Eptathlon: 3800 ; Cadette '19: Pentathlon: 3700
4 x 200 (****)	1:49.00; 4x100: 49.50; 4x400: 4:04.00; 4x160: 1:29.00

Legenda: (i) indoor 2020; (o) outdoor 2019/2020; (*) indoor 2020 e outdoor 2019/2020. N.B. Sono validi anche i minimi ottenuti dal 1° novembre al 31 dicembre dell'anno precedente in manifestazioni indoor.

(**) I minimi contrassegnate con due asterischi 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 i minimi possono essere ottenuti o nell'anno in corso in manifestazioni indoor o outdoor oppure nell'anno precedente in manifestazioni indoor o outdoor. Sono validi anche i minimi conseguiti nell'anno in corso in "mini" impianti indoor con effettuazione delle gare dei m 800, 1000 e peso disputate all'aperto, rispettando la successione prevista dal programma tecnico.

(**) Per la staffetta 4x200 sono validi anche i minimi ottenuti nell'anno precedente.**

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