

## **ALLEGATO A**

### **III DUATHLON CITTA' DI RENDE**

### **CAMPIONATO INTERREGIONALE SUD**

### **E REGIONALE GIOVANILE**

### **CAMPIONATO REGIONALE ASSOLUTI E DI CATEGORIA**

**12 MARZO 2023 - RENDE (CS)**

#### **CRONOPROGRAMMA DUATHLON RENDE 12 marzo 2023**

**Ore 8:00**      **Allestimento campo gara/ apertura segreteria**

**Ore 9:00 – 9:50** **Apertura/chiusura zona cambio Categorie giovanissimi**

**Ore 10:00**              **Inizio gare**

Ore 10:00      CU/MC                      **200m corsa - 500m MTB – 100m corsa**

Ore 10:15      ES                                      **400m corsa - 1500m MTB – 200m corsa**

Ore 10:30      RA                                      **800m corsa - 3000m MTB – 400m corsa**

**Ore 11:00 PREMIAZIONI**

**Ore 11:00 – 11:25**      **Apertura/chiusura zona cambio Categorie giovani**

Ore 11:30      YA/YB/JU F                      **2000m corsa - 6000m bici – 1000m corsa**

Ore 12:15      YA/YB/JU M                      **2000m corsa - 6000m bici – 1000m corsa**

**Ore 13:30 PREMIAZIONI**

**Ore 13:30 – 14:20**      **Apertura/chiusura zona cambio Gara Sprint**

Ore 14:30      Gara Sprint                      **5000m corsa - 20km bici – 2500m corsa**

Ore 16:30      **FINE GARE E PREMIAZIONI**