



PROGRAMMA STAGE CNO CUP 2022



Nei giorni 23 e 30 Ottobre 2022 si svolgerà lo Stage del Circuito Nord Ovest, denominato "CNO CUP", presso il "BIELLA FORUM", via Buscaglione 2, Biella - con il seguente programma:

Ritrovo concorrenti: ore 8,30

Consegna maglie e composizione squadre: ore 8,35

Presentazione squadre: ore 9,10

Prova percorso di gara

CATEGORIE

GARE mattina

Dalle ore:	09,15	alle ore:	09,30	GIO - M/F	24 atleti	destrezza 1, sprint e smile
Dalle ore:	09,30	alle ore:	09,45	ESO - M/F	24 atleti	destrezza 1, sprint e smile
Dalle ore:	09,45	alle ore:	10,00	R12-M/F + RAG-F	24 atleti	sprint, linea, smile
Dalle ore:	10,00	alle ore:	10,15	RAG-M + ALL-M/F	24 atleti	sprint, linea, smile

Allestimento percorso: ore 10,15

Inizio gare (come tabella gare da regolamento 2022): ore 10,20

GARA 1 - dalle ore 10,20 alle ore 11,05

PAUSA - 5 minuti

GARA 2 - dalle ore 11,05 alle ore 11,50

PAUSA - 5 minuti

GARA 3 - dalle ore 11,50 alle ore 12,30

PAUSA PRANZO ore 12,30 – 14,00

Ritrovo concorrenti: ore 14,00

CUCCIOLATA ore 14,05

Prova percorso di gara:

CATEGORIE

GARE pomeriggio

Dalle ore:	14,10	alle ore:	14,20	GIO - M/F	24 atleti	Linea, staffetta
Dalle ore:	14,20	alle ore:	14,30	ESO - M/F	24 atleti	Linea, staffetta
Dalle ore:	14,30	alle ore:	14,40	R12 - M/F	12 atleti	Destrezza k, staffetta
Dalle ore:	14,40	alle ore:	14,50	RAG - M/F	24 atleti	Destrezza k, americana
Dalle ore:	14,50	alle ore:	15,00	ALL - M/F	12 atleti	Destrezza k, americana

GARA 4 - dalle ore 15,00 alle ore 15,55

PAUSA - 5 minuti

GARA 5 - dalle ore 16,00 alle ore 16,35

NB: nel caso le gare del mattino dovessero dilungarsi, la 3^a gara sarà effettuata nel pomeriggio

SOLO Domenica 30/10/2022, a seguire, NOMINA SQUADRA VINCENTE

