

## XIX MÍTING INTERNACIONAL D'ATLETISME PALAFRUGELL-COSTA BRAVA

Estadi Municipal Josep Pla Arbonès, dissabte 29 de maig de 2010

### HORARI I ORDRE DE PROVES

17,00	100 m F s/f		
17,30	100 m M s/f	llargada F	
18,00	4 x 100 m F s/f		Disc M
18,15	4 x 100 m M s/f		
18,30	400 m F ( B + A)		
18,40	400 m M ( C + B + A)		
19,00	1500 m F		Alçada F
19,10	1500 m M (B + A)	llargada M	
19,30	110 m tanques M (B + A)		Disc F
19,50	100 m tanques F		
20,00	100 m M final		
20,05	100 m M final fora de concurs		
20,15	100 m F final		
20,20	100 m F final fora de concurs		
<b>20,30</b>	<b>4 x 100 m M final (Campionat de Catalunya)</b>		
20,35	4 X 100 m M final fora de concurs		
<b>20,40</b>	<b>4 x 100 m F final (Campionat de Catalunya)</b>		
20,45	4 x 100 m F final fora de concurs		
20,55	4 x 400 m M sèrie fora de concurs		
<b>21,05</b>	<b>4 x 400 m M (Campionat de Catalunya)</b>		
21,15	4 x 400 m F sèrie fora de concurs		
<b>21,25</b>	<b>4 x 400 m F (Campionat de Catalunya)</b>		