**Регламент проведения**

**Открытого Кубка города Ростова-на-Дону
по легкой атлетике, посвященного Всероссийскому Дню физкультурника**

*14 августа 2022 г. стадион Арсенал*

 *(ул. 2-я Краснодарская, 145/6)*

8.00 – общий старт на 10000 м

10.00 – 100 м жен 10.00 – длина муж

10.20 – 100 м муж 10.00 – высота муж

10.40 – 300 м жен 11.00 – длина жен

10.55 – 300 м муж 11.00 – высота жен

11.10 – 600 м жен

11.25 – 600 м муж

11.40 – 1000 м жен

11.55 – 1000 м муж

12.10 – 100 м жен финал

12.20 – 100 м муж финал

 Возрастные группы.

**10000м**  – до 18лет, 19-29лет, 30-39лет. 40-49лет, 50-59 лет, 60-69лет,70лет +.

**100м, 300м, 600м, 1000м, длина, высота**  – до16 лет, до 18 лет, абсолютный.