Outdoor Man

standards for championship title and medals

Medal Standards for Bellinzona smacs 2020

rev. 20.08.2013/24.04.2014/31.01.2017pp

Events	M30	M35	M40	M45	M50	M55	M60	M65	M70	M75	M80
Runs	**M30**	**M35**	**M40**	**M45**	**M50**	**M55**	**M60**	**M65**	**M70**	**M75**	**M80**
100m	12.10	12.30	12.60	12.90	13.25	13.75	14.20	15.00	16.00	17.80	20.00
200m	24.80	25.20	25.75	26.40	27.30	28.40	29.60	31.00	33.00	37.00	43.00
400m	54.50	55.50	56.60	58.00	61.00	64.00	67.00	71.00	76.00	84.00	95.00
800m	2:05.00	2:10.00	2:15.00	2:20.00	2:26.00	2:33.00	2:40.00	2:48.00	3:00.00	3:15.00	3:40.00
1500m	4:22.00	4:27.00	4:37.00	4:48.00	5:00.00	5:16.00	5:35.00	6:00.00	6:30.00	7:15.00	8:30.00
5000m	16:30.00	17:00.00	17:30.00	18:00.00	19:00.00	20:00.00	21:00.00	22:15.00	23:45.00	26:00.00	30:00.00
Hurdles	**M30**	**M35**	**M40**	**M45**	**M50**	**M55**	**M60**	**M65**	**M70**	**M75**	**M80**
110mH106,7/10/13.72-9.14-14.02	17.70										
110mH99,1/10/13.72-9.14-14.02		18.70	19.60	20.50							
100mH91,4/10/13-8.5-10.5					19.20	20.50					
100mH84,0/10/12-8-16							20.50	22.00			
80mH76,2/8/12-7-19									20.00	22.50	
80mH68,6-7/8/12-7-19											26.00
400mH91,4/10/45-35-40	62.00	64.00	66.00	69.00							
400mH84,0/10/45-35-40					72.00	75.00					
300mH76,2/7/50-35-40							55.00	60.00			
300mH68.6/7/50-35-40									67.00	75.00	
200mH68,6/5/20-35-40											50.00
Jumps	**M30**	**M35**	**M40**	**M45**	**M50**	**M55**	**M60**	**M65**	**M70**	**M75**	**M80**
High Jump	1.70	1.65	1.60	1.50	1.45	1.40	1.35	1.25	1.15	1.05	1.00
Pole Vault	3.60	3.40	3.20	3.00	2.80	2.60	2.40	2.20	2.00	1.80	1.60
Long Jump	5.80	5.60	5.40	5.20	4.90	4.60	4.30	3.90	3.50	3.10	2.70
Triple Jump	11.80	11.40	11.00	10.50	10.00	9.40	8.80	8.00	7.20	6.30	5.50
Throws	**M30**	**M35**	**M40**	**M45**	**M50**	**M55**	**M60**	**M65**	**M70**	**M75**	**M80**
Shot Put 7,26kg	12.00	11.00	10.40	9.90							
Shot Put 6kg					10.20	9.60					
Shot Put 5kg							10.20	9.50			
Shot Put 4kg									9.80	8.70	
Shot Put 3kg											8.00
Discus Throw 2kg	35.00	33.00	31.00	30.00							
Discus Throw 1,5kg					34.00	31.00					
Discus Throw 1kg							33.00	30.00	27.00	24.00	18.00
Javelin Throw 800g	48.00	45.00	42.00	38.00							
Javelin Throw 700g					38.00	35.00					
Javelin Throw 600g							35.00	31.00			
Javelin Throw 500g									28.00	23.00	
Javelin Throw 400g											20.00
Walking	**M30**	**M35**	**M40**	**M45**	**M50**	**M55**	**M60**	**M65**	**M70**	**M75**	**M80**
5000m Track Walk	24:30	25:00	25:45	26:30	27:30	28:30	30:00	31:30	33:30	36:30	40:00
Events	**M30**	**M35**	**M40**	**M45**	**M50**	**M55**	**M60**	**M65**	**M70**	**M75**	**M80**

Outdoor Woman

standards for championship title and medals

Events	W30	W35	W40	W45	W50	W55	W60	W65	W70	W75	W80
Runs	**W30**	**W35**	**W40**	**W45**	**W50**	**W55**	**W60**	**W65**	**W70**	**W75**	**W80**
100m	14.00	14.50	15.00	15.75	16.50	17.25	18.00	19.00	20.50	22.50	28.00
200m	30.00	31.00	32.50	34.00	35.50	37.00	38.50	40.00	43.00	47.00	52.00
400m	70.00	71.00	73.00	76.00	80.00	85.00	91.00	98.00	1:46.00	2:00.00	2:20.00
800m	2:36.00	2:37.50	2:44.00	2:52.00	3:00.00	3:09.00	3:20.00	3:33.00	3:52.00	4:20.00	5:00.00
1500m	5:30.00	5:33.00	5:45.00	6:00.00	6:20.00	6:45.00	7:15.00	7:50.00	8:30.00	9:15.00	10:20.00
5000m	20:30.00	20:45.00	21:15.00	22:00.00	23:00.00	24:15.00	25:45.00	27:30.00	29:30.00	33:00.00	38:00.00
Hurdles	**W30**	**W35**	**W40**	**W45**	**W50**	**W55**	**W60**	**W65**	**W70**	**W75**	**W80**
100mH84,0/10/13-8.5-10.5	18.00	18.50									
80mH76,2/8/12-8-12			15.50	16.50							
80mH76,2/8/12-7-19					17.00	18.00					
80mH68,6/8/12-7-19							18.50	20.00	22.50	26.00	30.00
400mH76,2/10/45-35-40	75.00	77.00	82.00	90.00							
300mH76,2/7/50-35-40					65.00	70.00					
300mH68,6/7/50-35-40							75.00	80.00			
200mH68,6/5/20-35-40									50.00	57.00	65.00
Jumps	**W30**	**W35**	**W40**	**W45**	**W50**	**W55**	**W60**	**W65**	**W70**	**W75**	**W80**
High Jump	1.40	1.35	1.25	1.20	1.15	1.10	1.05	1.00	0.95	0.90	0.85
Pole Vault	2.80	2.60	2.40	2.20	2.10	2.00	1.90	1.70	1.50	1.30	1.10
Long Jump	5.00	4.70	4.40	4.10	3.80	3.50	3.20	2.90	2.60	2.30	2.00
Triple Jump	10.00	9.40	8.80	8.20	7.60	7.00	6.40	5.80	5.20	4.60	4.00
Throws	**W30**	**W35**	**W40**	**W45**	**W50**	**W55**	**W60**	**W65**	**W70**	**W75**	**W80**
Shot Put 4kg	10.50	10.00	9.50	9.00							
Shot Put 3kg					10.00	9.00	8.00	7.00	6.00		
Shot Put 2kg										6.00	5.00
Discus Throw 1kg	30.00	29.00	27.00	25.00	23.00	21.00	19.00	17.00	15.00		
Discus Throw 750g										17.00	13.00
Javelin Throw 600g	30.00	29.00	27.00	25.00							
Javelin Throw 500g					25.00	23.00	21.00	19.00	17.00		
Javelin Throw 400g										17.00	13.00
Walking	**W30**	**W35**	**W40**	**W45**	**W50**	**W55**	**W60**	**W65**	**W70**	**W75**	**W80**
5000m Track Walk	29:45	30:15	31:00	32:00	33:15	34:45	37:00	39:00	41:00	43:30	47:00
Events	**W30**	**W35**	**W40**	**W45**	**W50**	**W55**	**W60**	**W65**	**W70**	**W75**	**W80**

INFO

TASSE D'ISCRIZIONE / EINSÄTZE / TAXES D'INSCRIPTION
Fr. 15.00 (€ 10.00) per disciplina, Fr. 12.00 (€ 8.00) dalla seconda disciplina in poi.
Da pagare direttamente sul posto al ritiro del pettorale di gara.
Fr. 15.00 (€ 10.00) pro Diziplin, Fr. 12.00 (€ 8.00) ab der zweiten Disziplin.
Bei Abholung der Startnummer direkt vor Ort zu zahlen.
Fr. 15.00 (€ 10.00) par discipline choisie, Fr. 12.00 (€ 8.00) à partir de la deuxième discipline.
A payer directement sur place lors de la collecte du numéro de course.

Medaglie ai primi tre di ogni disciplina + premi in natura (prodotti locali).
Premio ricordo per tutti!

PREMIAZIONI / SIEGEREHRUNGEN / REMISES DES PRIX
Primi 3 di ogni disciplina in tutte le categorie.
Die 3 Ersten jeder Diziplin, aller Kategorie. / Les 3 premiers de chaque discipline, pour toutes les catégories.

INFORMAZIONI / AUSKÜNFTE / INFORMATIONS
Fedele Borradori (italiano) Tel. priv. +41 (0) 91 825.35.34 / Tel. uff. +41 (0) 91 814.27.28
Samuele Comandini (francese - tedesco - inglese) Tel. priv. +41 (0) 79 611.60.01
Per maggiori dettagli consultare il sito www.sab-bellinzona.ch
Für andere Informationen siehe www.sab-bellinzona.ch / Pour de plus amples informations, consulter www.sab-bellinzona.ch

PRENOTAZIONI ALBERGHIERE / HOTELRESERVATIONEN / RESERVATIONS HÔTELIERE
Ente turistico di Bellinzona e dintorni Tel. +41 (0) 91 825.21.31 - E-mail info@bellinzonaturismo.ch - www.bellinzonaturismo.ch

Repubblica e Cantone Ticino DECS
SWISSLOS
www.ti-sport.ch
DISTANTI MA VICINI
PROTEGGIAMOCI.ANCORA.
Prudenza, sempre.
Hotline cantonale 0800 144 144 e www.ti.ch/coronavirus

CAMPIONATO SVIZZERO MASTER



MEETING INTERNAZIONALE MASTER Città di Bellinzona
SOCIETÀ ATLETICA BELLINZONA

20°

NUOVO Stadio Comunale

MEETING INTERNAZIONALE MASTER Città di Bellinzona

Bellinzona
STADIO COMUNALE

Sabato 26 settembre 2020
Inizio gare ore 10.00

ENTRATA LIBERA

ORGANIZZAZIONE
1969 2019 Società Atletica Bellinzona
In pista da 50 anni

PLANZER
WWW.PLANZER.CH
CARGO DOMICILIO

SERVIZI
LOGISTICA DI MAGAZZINO
TRASPORTO NAZIONALE
TRASPORTO INTERNAZIONALE
TRASPORTO SPECIALE
SERVIZIO PACCHI
SOLUZIONI EXTRA
WEBSHOP

20° MEETING INTERNAZIONALE MASTER



Invito

Per sottolineare la 20.ma edizione del Meeting Master, al termine della manifestazione siete cordialmente invitati ad un rinfresco.

Einladung

Um die 20. Ausgabe zu unterstreichen des Meeting Masters, am Ende der Veranstaltung sind Sie herzlich zu Erfrischungen eingeladen.

Invitation

Pour souligner la 20e édition du Meeting Master, à la fin de l'événement, vous êtes cordialement invité à un rafraîchissements.



Saluto del presidente

Samuele Comandini
PRESIDENTE SAB

A nome della Società Atletica Bellinzona vi dò il benvenuto alla ventesima edizione del Meeting Internazionale Master della Città di Bellinzona. Quest'anno è molto speciale per la SAB in quanto con questo Meeting Master, abbinato ai Campionati Svizzeri Master, terminano i festeggiamenti per il giubileo dei 50 anni della nostra amata Società Atletica Bellinzona. Vorrei ringraziare lo staff organizzativo, i collaboratori ed ovviamente tutti i nostri preziosi sponsor, senza i quali questo appuntamento non potrebbe ripetersi dal 1999. Vi auguro una bella giornata all'insegna di questo bellissimo sport e che possiate ottenere tante soddisfazioni!

Gruss vom Präsidenten SAB

Im Namen des Athletikvereins Bellinzona begrüsse ich Sie zum zwanzigste Internationalen Meeting Master der Stadt Bellinzona. Dieses Jahr ist für SAB etwas ganz Besonderes, da wir mit diesem Meeting Master, in Kombination mit der Schweizer Meisterschaft, das Jubiläum zum 50-jährigen unserer geliebten Società Atletica Bellinzona gefeiert haben. Ich möchte allen für die Organisation verantwortliche, den Helfern und natürlich alle unseren Sponsoren, ohne deren Unterstützung wir diesen Anlass nicht seit 1999 jährlich durchführen könnten, ganz herzlich danken. Im Zeichen dieses wunderbaren Sports wünsche ich Euch einen schönen Tag und viel Erfolg und Spass.

Mot du président SAB

Au nom de la Società Atletica Bellinzona je vous souhaite la bienvenue à la 20ème édition du Meeting International Master de la ville de Bellinzona. Cette année, il est très spécial pour SAB car avec ce Meeting Master, combiné aux Swiss Master Championships, nous allons terminer les célébrations du 50e anniversaire de notre bien-aimée Società Atletica Bellinzona. Je voudrais remercier le staff d'organisation, les collaborateurs et naturellement tous nos sponsors. Depuis 1999 c'est grâce à eux que ce rendez-vous peut se répéter. Je vous souhaite une journée radieuse, dans l'amitié et avec à la clef des résultats satisfaisants.

Programma
Orario gare

Tutte le gare sono valide per il Campionato Svizzero

UOMINI		ORARIO	DONNE	
	5000 m MARCIA	**10.00**	5000 m MARCIA	
PESO M30-M40 DISCO M70-M80 GIAVELLOTTO M50-M55	80 m ost.	**11.00**		
		11.10	80 m ost.	
TRIPLO		**11.30**		TRIPLO
	100 m ost.	**11.35**		
		11.45	100 m ost.	
	110 m ost.	**11.55**		
PESO M45 GIAVELLOTTO M60-M80 ALTO M30-M45		**12.00**		DISCO
		12.15	100 m	
	100 m	**12.35**		
		12.45		LUNGO
PESO M50-M55 DISCO M305-M40 ALTO M50-M80		**13.00**		
		13.10	800 m	
	800 m	**13.25**		
ASTA		**13.30**		
		13.45	400 m	
PESO M60-M65 DISCO M45	400 m	**14.00**		GIAVELLOTTO
LUNGO M30-M40		**14.30**		ALTO
		14.35	200 m	
	200 m	**14.50**		
PESO M70-M80 DISCO M50-M55 GIAVELLOTTO M30-M40		**15.00**		
		15.25	1500 m	
LUNGO M45-M80	1500 m	**15.45**		
DISCO M60-M65 GIAVELLOTTO M45		**16.00**		PESO
	300 m ost.	**16.15**		
	400 m ost.	**16.40**		
"Premio Franz Meier" **GARA AD INVITO** PESO M50+ (Kg 7.260)	5000 m	**17.00**	5000 m	

azienda viti vinicola vini pregiati prodotti alimentari naturali
M O N D Ò
Azienda Mondò
Al Mondò
6514 Sementina
CH
tel + fax 091 857 45 58
gsm 079 423 65 94
azienda.mondo@bluewin.ch

DAVIDE SCHAER
Ingegneria e Consulenze Sagl
Ing. for. dipl. ETH
6512 Giubiasco - dadoschaer@ticino.com
+41 78 642 79 06

AUTOELLE
Teoria - Corsi sensibilizzazione - Pratica
Il Maestro di guida degli atleti SAB
Pierangelo Introzzi
6500 Bellinzona
079 444 31 13
091 826 43 69



Il libro è acquistabile direttamente allo Stadio
256 pagine con oltre 500 immagini a colori
form. 22 x 28 cm, CHF. 38.–

Per l'avvenimento del sodalizio
Questo libro, pubblicato in occasione del Cinquantesimo della Società Atletica Bellinzona, è dedicato a tutti gli atleti, monitori, dirigenti, collaboratori e sostenitori, che hanno dato un indimenticabile e fondamentale esempio di supporto e attaccamento alla "Grande famiglia SAB". Inoltre, vuole essere anche uno stimolo, un monito e passaggio del "testimone" per le generazioni future.

ELITE
ELETTROTICINO sa
IMPIANTI ELETTRICI E TELEFONICI
6504 BELLINZONA
CASELLA POSTALE 72
TEL. 091857 77 07
FAX 091 857 77 37
NATEL 079 684 11 72

Impianti sanitari
Riscaldamenti
Lattoniere
SARIL
Resp. Mario Vignola
SARIL Sagl
Viale Giuseppe Motta 3
6500 Bellinzona
Tel. 091 857 03 57
email: saril.sagl@bluewin.ch



NiMiS
CENTRO ELETTRODOMESTICI
Lounge NiMiS
Consulenza e dimostrazione elettrodomestici Miele
Corsi di cucina attiva
Nimis Nord SA
Via S. Gottardo 27 6500 Bellinzona
F. +41 (0)91 826 36 23 T. +41 (0)91 826 38 38
www.nimis-bellinzona.ch info@nimis-bellinzona.ch

UN SOSTENITORE

GRAZIE per non fumare
ASN Associazione Svizzera NON FUMATORI

PATRITTI PATRITTI
STUDIO > PROGETTAZIONE > DIREZIONE LAVORI
VIA ROMPEDA 22 - 6512 GIUBIASCO
TEL./FAX 091 857 50 44 - MOBILE 079 240 30 57
dpatritti@swissonline.ch