

CIRCULAR 06-2026. ANEXO CIRCULAR 183-2025

HORARIO E CADENCIAS DA VIII COPA XUNTA DE GALICIA DE CLUBS MÁSTER EN PISTA CURTA

❖ Horario definitivo.

COPA MÁSTER					
HORA	CARREIRAS	S. HORIZONTAIS	SALTOS VERTICAIS		PESO
16:30	60v Masc (0.99)		Altura Fem		
16:35				Pértega F-M	
16:37	60v Masc (0.91 e 0.84)				
16:45	60v Fem (0.84 e 0.76)				
16:50		Lonxitude Masc			
16:55	60 extra Fem				
17:01	60 extra Masc				
17:15	800 Fem				
17:22	800 Masc				
17:30	200 Fem A				
17:36	200 Fem B				
17:42	200 Masc A	Lonxitude Fem			
17:48	200 Masc B				
17:50			Altura Masc		
17:55	1500 Fem				
18:05	1500 Masc				
18:15	60 Fem				
18:21	60 Masc				
18:28	400 Fem				
18:34	400 Masc A				
18:35					Peso Masc
18:40	400 Masc B				
18:45		Triplo F-M			
18:46	3000 Fem				
19:02	3000 Masc				
19:20					Peso Fem
19:30	4x200 Fem				
19:40	4x200 Masc B				
19:50	4x200 Masc A				

❖ Cadencias nos saltos verticais.

- Comezarse, dentro da cadencia, na altura máis baixa das solicitadas polos atletas e que permita a instalación.

Altura	De 4 en 4 cm
Pértega	De 15 en 15 cm

- O/a vencedor/a da proba non poderá elixir altura fora da cadencia.



CIRCULAR

Praza Agustín Díaz, s/n - 15008 - A Coruña.

T. +34 981 291 683 - federacion@atletismo.gal

atletismo.gal - carreirasgalegas.com C.I.F. G15103500



DEPORTE
GALEGO

A Coruña, a 07 de xaneiro do 2026

Yolanda González Fernández
Secretaria Xeral da Federación Galega de Atletismo