

**CIRCULAR 133-2025. ANEXO CIRCULARES 119-2025 e 120-2025.
CTO. XUNTA DE GALICIA DE COMBINADAS ABSOLUTO E SUB 18
CTO. XUNTA DE GALICIA SUB 23**

❖ **Cadencias nos saltos verticais.**

Sub 23 + FC	Altura FEM	1.35 e de 3 en 3 cm.		
	Altura MASC	1.61 e de 3 en 3 cm.		
	Pértega	2.30	de 15 en 15 ata 3.65	de 10 en 10 cm.
Combinadas	Altura FEM	1.20 – 1.26 – 1.32 e de 3 en 3 cm.		
	Altura MASC	1.30	de 6 en 6 ata 1.60	de 3 en 3 cm.
	Pértega	2.00	de 20 en 20 ata 3.00	de 10 en 10 cm.

❖ **Horario definitivo.**

Heptatlón	Decatlón	Sub 23 e Fóra de Concurso (FC)
-----------	----------	--------------------------------

- * Non sendo preciso realizar semifinal nos 100 Sub 23, habilítase no seu lugar unha serie de control para estes atletas, debendo confirmar en secretaría, antes das **10:05**, a súa participación na mesma.

SÁBADO - XORNADA DE TARDE			
HORA	CARREIRA	SALTOS	LANZAMENTOS
15:00	100v (0,84) HEP Abs		
15:10	100v (0,76) HEP S.18		
15:20	100 DEC Abs		
15:25	100 DEC S.18		
15:45		Altura HEP	
16:00		Lonxitude DEC	
17:15			Peso DEC
18:30		Altura DEC	Peso HEP
19:50	200 HEP Abs		
19:55	200 HEP S.18		
20:20	400 DEC Abs		
20:25	400 DEC S.18		

DOMINGO - XORNADA DE MAÑÁ				
HORA	CARREIRA	HORIZONTAIS	VERTICAIS	LANZAMENTOS
10:00	110v (1,06-0,99) DEC	Lonxitude HEP	Pértega F-M	Xavelina Masc
10:08	110v (0,91) DEC S.18			
10:20	110v (1,06) Masc S.23			
10:30	100v (0,84) Fem S.23			
10:40				Disco DEC
10:42	100 Masc S23 Control*			
10:48	100 Fem S23 Control*			
11:08	1500 Masc			
11:16	1500 Fem			
11:20		Lonxitude F-M		
11:28	400 Masc			
11:35	400 Fem			
11:48	100 Masc FC			
11:54	100 Masc S.23 Final			
12:00	100 Fem FC		Pértega DEC	Xavelina HEP
12:06	100 Fem S.23 Final			
12:40		Triple F-M		
13:10				Xavelina Fem
13:15	800 HEP			
13:35		Peso Fem		

DOMINGO - XORNADA DE TARDE				
HORA	CARREIRA	ALTURA	LANZAMENTOS	
16:30		Altura Masc	Peso Masc	Xavelina DEC
17:40	400 mv Masc			
17:45				Disco F-M
17:50	400 mv Fem			
18:00	1500 DEC			
18:12	800 Masc			
18:19	800 Fem			
18:27	200 Masc S.23 Final B			
18:33	200 Masc S.23 Final A			
18:39	200 Masc FC			
18:40		Altura Fem		
18:45	200 Fem S.23 Final			
18:51	200 Fem FC			
19:00	3000 Obst. Masc			Martelo F-M
19:20	3000 Obst. Fem			
19:40	5000 F-M			
20:05	4x100 Masc			

A Coruña, a 19 de xuño do 2025

Yolanda González Fernández
Secretaria Xeral da Federación Galega de Atletismo