



CIRCULAR 1-2018

- A todas as Delegacións (*)

- A todos os assembleistas

- A todos os membros da Xunta Directiva e Comisión Delegada

(*) Para a súa distribución entre todos os estamentos da súa demarcación

COPA DE GALICIA DE CLUBES DE PISTA CUBERTA-ANEXO

Pista Cuberta Expourense, 7 de xaneiro 2018

Sorteo de Rúas

	HOMES	MULLERES
I	CA SANTIAGO	SOC.GIMNASTICA
II	SOC. GIMNASTICA	RIA FERROL
III	RIAZOR CORUÑA	CA SANTIAGO
IV	ADAS PROINOR	ESCOLA ATLETICA
V	REAL CLUB CELTA	A.FEMENINO CELTA
VI	MARINEDA	RIAZOR CORUÑA
VII	C.A.NARON	ADAS PRONIOR
VIII	LUCUS CAIXA RURAL	LUCUS CAIXA RURAL

	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
60-Pértega	1	2	3	4	5	6	7	8
1500-Lonxitude	2	3	4	5	6	7	8	1
200-Triplo	3	4	5	6	7	8	1	2
3000-Peso	4	5	6	7	8	1	2	3
400	5	6	7	8	1	2	3	4
60 valados	6	7	8	1	2	3	4	5
800	7	8	1	2	3	4	5	6
Altura - Relevo	8	1	2	3	4	5	6	7

A orde establecida neste cadro para saltos horizontales e lanzamentos será vigente para toda a competición. En 800 a saída será por rúas saíndo 2 atletas polas rúas 3 e 6.

Ao disputarse en 200 e 400 2 series utilizaranse as rúas 3 á 6 asignándose as rúas comezando pola rúa 3 da serie 1 e finalizando para o último atleta coa rúa 6 da serie 2 quedando a asignación de rúas nestas 2 probas como segue:

	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
200	5/1	6/1	3/2	4/2	5/2	6/2	3/1	4/1
400	3/2	4/2	5/2	6/2	3/1	4/1	5/1	6/1

En Relevos os equipos clasificados 30 minutos antes da proba en os postos 5º a 8º disputarán a serie 1 e os clasificados 1º a 4º a serie 2 coa seguinte orde de rúas:

Calle	3	4	5	6
Serie 1 Relevos	8º	7º	6º	5º
Serie 2 Relevos	4º	3º	2º	1º



Horario Cámara de Chamadas

Entrada CCLL	Peche CCLL	Saída Pista	HORA PROBA		PROBA
9:45	9:50	9:55	10:30	Homes	Pértega
10:00	10:05	10:10	10:30	Mulleres	Altura
10:00	10:05	10:10	10:30	Mulleres	Lonxitude
10:25	10:30	10:35	10:45	Mulleres	60m vallas
10:45	10:50	10:55	11:00	Mulleres	60m vallas
10:30	10:35	10:40	11:00	Mulleres	Peso
11:00	11:05	11:10	11:15	Mulleres	800m
11:05	11:10	11:15	11:20	Homes	800m
10:50	10:55	11:00	11:20	Homes	Lonxitude
11:10	11:15	11:20	11:25	Mulleres	200m
11:20	11:25	11:30	11:35	Homes	200m
11:30	11:35	11:40	11:45	Mulleres	1.500m
11:15	11:20	11:25	11:45	Homes	Peso
11:40	11:45	11:50	11:55	Homes	1.500m
10:35	10:40	10:45	11:55	Mulleres	Triplo
11:20	11:25	11:30	12:05	Mulleres	Pértega
11:35	11:40	11:45	12:05	Homes	Altura
11:50	11:55	12:00	12:05	Mulleres	60m
12:00	12:05	12:10	12:15	Homes	60m
12:10	12:15	12:20	12:25	Mulleres	400m
12:05	12:10	12:15	12:35	Homes	Triplo
12:20	12:25	12:30	12:35	Homes	400m
12:30	12:35	12:40	12:45	Mulleres	3.000m
12:45	12:50	12:55	13:00	Homes	3.000m
13:00	13:05	13:10	13:15	Mulleres	Relevo
13:15	13:20	13:25	13:30	Homes	Relevo

Cadencias Copa Galega de Clubs

Altura fem: 1,30 – 1,38 – 1,44 – 1,49 – 1,54 e de 3 en 3 cm.

Altura mas: 1,55 – 1,63 – 1,70 – 1,76 – 1,81 e de 3 en 3 cm.

Pértega fem: 2,33 – 2,50 – 2,65 – 2,80 e de 10 en 10 cm.

Pértega mas: 3,53 – 3,70 – 3,85 – 4,00 e de 10 en 10 cm.

Os listóns colocaranse na altura máis baixa solicitada polos atletas (eo saltómetro o permita) sempre que: coa cadencia de subida de 10 en 10cm. en altura e de 30 en 30cm. en pértega; se chegue exactamente ás alturas anteriores.

Dolores Rojas Suárez
Secretaria Xeral da FGA

A Coruña, 4 de decembro de 2018