



V XORNADA COPA DEPUTACIÓN DE LUGO

Sábado 11 de MAIO de 2019

A Delegación en Lugo da FGA co patrocinio da Deputación de Lugo, organiza a 5ª XORNADA da COPA DEPUTACIÓN DE LUGO en pista ao aire libre, o **SÁBADO 11 de maio de 2019**, en xornada de mañana e tarde, no *Estadio Gregorio Pérez Rivera*.

REGULAMENTO

Art. 1. Poderán participar todos os atletas federados que se atopen en calquera das seguintes condicións:

- Atletas que teñan fichado ó longo da tempada actual (2018/19) por algún Club pertencentes a Galicia.
- Atletas con ficha pola Federación Galega de Atletismo aínda que pertezcan a clubes de outras Comunidades Autónomas.
- Atletas de categoría **sub14 ata veteranás**.
- Atletas non galegos ou estranxeiros convidados expresamente pola Federación Galega de Atletismo, que non reúnan ningunha das dúas anteriores condicións.
- O resto de atletas con ficha por outra Federación e noutros clubs non pertencentes a Federación Galega de Atletismo deberán aboar 10€ coa recollida do dorsal.
- **Todos os atletas que se inscriban, non participen finalmente e non manden a súa renuncia ata 24h antes do comezo da 1ª proba do programa. Serán sancionados cunha multa de 5€ que deberá ser aboada para poder tomar parte en calqueira control ou proba oficial organizada nesta Delegación de Lugo.**

Art.2. As inscricións faranse a través do sistema online da web da RFEA (<https://isis.rfea.es/sirfea2/>) ata **as 22:00 horas do martes anterior** á celebración das probas. **As inscricións realizadas fora de prazo, cobrarase 5 € coa entrega do dorsal.**

Art. 3. Cada atleta retirará o seu dorsal na secretaría da competición **ata 60 minutos antes da saída de cada proba**. Pasado este período non se admitirá a participación do atleta. A recepción de artefactos para a súa homologación pecharase 70' antes da celebración da proba.

Art. 4. Os atletas deberán empregar o dorsal outorgado pola organización de forma totalmente visible, en toda a superficie. O incumprimento desta norma será motivo de descalificación. Será responsabilidade dos atletas levar consigo 4 imperdibles para a colocación do dorsal, a organización non facilitará imperdibles.

Art. 5. O **acceso a pista será restrinxido**, Os adestradores que queiran acceder, deberán enviar un **email** a delegacionfgalugo@gmail.com ata o mércores 8 para recibir acreditación para o acceso as zonas habilitadas para eles.

Art. 6. Nas **probas de velocidade indicárase a mellor marca**. As series realizaránse agrupando os atletas por marcas, aqueles atletas que non indiquen mellor marca serán incluídos aleatoriamente no resto das series.

Art. 7. TÁBOAS, CADENCIAS, MELLORA E LÍMITE DE PARTICIPACIÓN:

- Táboa de triple salto a 8,10 e 11m
- Cadencia salto con pértiga: 2.00-2.20-40-60-3.00-10-20....



- Cadencia salto altura: 1.20-1.30-1.35-1.40...60-63-66...
- En todos os concursos os atletas disporán de 4 intentos + 2 de mellora para os 8 mellores atletas (agás nos concursos mixtos que pasarán á mellora os 5 primeiros de cada sexo **e no salto de lonxitude B que os atletas disporán de 4 intentos sen mellora**).
- Nos concursos mixtos estableceráse un límite de 12 atletas por sexo segundo a marca de inscrición, no resto de concursos o límite será de 18 atletas.

Art. 9. HORARIO DEFINITIVO

XORNADA DE MAÑANA		
HOMES	HORA	MULLERES
SALTO CON PÉRTIGA (sub 16-vet)	12:00	SALTO CON PÉRTIGA (sub 16-vet)
TRIPLE SALTO (sub 16-vet)		TRIPLE SALTO (sub 16-vet)
XORNADA DE TARDE		
HOMES	HORA	MULLERES
LANZAMENTO DE MARTELO (sub 16-vet)	16:40	LANZAMENTO DE MARTELO (sub 16-vet)
SALTO DE ALTURA (sub 16-vet)	17:00	SALTO DE ALTURA (sub 16-vet)
400mv (sub 18-vet)		
SALTO DE LONXITUDE SERIE B (sub 16-vet)	17:15	
300 mv (sub 16)		
	17:25	300 mv (sub 16)
	17:35	400 mv (sub 18-vet)
220 mv (sub 14)	17:45	
	17:55	220 mv (sub 14)
100 ml (sub 16-vet)	18:10	
	18:15	LANZAMENTO DE DISCO (sub 16-vet)
		SALTO DE LONXITUDE (sub 16-vet)
	18:30	100 ml (sub 16-vet)
500 ml (sub 14)	18:50	
	19:00	500 ml (sub 14)
600 ml (sub 16- vet)	19:05	
	19:10	600 ml (sub 16-vet)
3000 ml (sub 14-vet)	19:25	
SALTO DE LONXITUDE SERIE A (sub 16-vet)	19:30	
LANZAMENTO DE DISCO (sub 16-vet)		
	19:40	3000 ml (sub 14-vet)
	19:55	400 ml (sub 18-vet)
400 ml (sub 18-vet)	20:05	
	20:20	1500 ml (sub 18-vet)
1500 ml (sub 18-vet)	20:30	

Art. 10. Todo o non disposto no presente regulamento resolverase de acordo coas normas da RFEA e da IAAF

En Lugo, a 25 de abril de 2019