

5ª XORNADA XXXVI COPA DEPUTACION DE ATLETISMO EN PISTA
29 de Xuño do 2019 “Estadio Municipal de Calabagueiros” – O Barco –

Organiza: Delegación Valdeorresa de Atletismo da F.G.A.

Patrocina: Excm. Deputación Provincial de Ourense.

Control: Comité Valdeorrés de Xuices da F.G.A.

Cronometraxe: Eléctrica FinishLynx.

HORARIO RECTIFICADO			
19:30	Lanzamento de Disco	Sub16/Sub18/Absoluto/Master	M-H
	100 m. valados	Sub16/Sub18	Mulleres
	Salto de Lonxitude	Absoluta	Mulleres
19:40	100 m. valados	Sub16	Homes
19:50	50 m. lisos	Sub10	Mulleres
19:55	50 m. lisos	Sub10	Homes
20:00	60 m. lisos	Sub12	Mulleres
20:05	60 m. lisos	Sub12	Homes
20:10	80 m. lisos	Sub14	Mulleres
20:15	80 m. lisos	Sub14	Homes
20:20	300 m. valados	Absoluto	Mulleres
20:25	300 m. valados	Sub16	Homes
20:30	300 m. lisos	Absoluto	Mulleres
	Salto de Altura	Absoluto	Mulleres
	Lanzamento de Martelo	Sub14 Sub16/Sub18	M-H Mulleres
20:35	1.500 m. lisos	Absoluto	Homes
20:40	500 m. lisos	Sub10	M-H
20:45	500 m. lisos	Sub12	M-H
20:50	500 m. lisos	Sub14	M-H
20:55	1.000 m. lisos	Absoluto	Homes
21:00	4x100 m. lisos	Absoluto	Mulleres
21:05	4x100 m. lisos	Absoluto	Homes

PARTICIPANTES: Atletas con licenza federativa en vigor para a tempada 2018-2019.

INSCRIPCIÓN: Na Web da RFEA <https://isis.rfea.es/sirfea2/>, ata o **mércores 26 de Xuño as 23:00 horas**

Os atletas deberán aportar na inscrición a súa mellor marca na proba na que participen para facilitar a confección das series e deberán cumprir co requisito da mínima de participación si a proba o require. Aceptaranse as mellores marcas de acordo ó número de participantes establecido para cada proba. Unha vez finalizado o prazo, e recibidas as inscricións poderá ser rectificad o horario da Competición, publicándose na web www.atletismo.gal
Retirada de dorsais e confirmación de participación en Secretaría de Competición ata 45' antes do inicio da proba na que se atope inscrito, fora de este prazo non se autorizará a participación.

NORMATIVA: Libro de Normas Técnicas da FGA ou no seu defecto a normativa RFEA ou IAAF.

PARTICIPACIÓN:

LANZAMIENTO DE DISCO e MARTELO :

Haberá 6 intentos, a mellor pasarán as 8 mellores marcas independente de categoría ou sexo.

SALTO DE ALTURA ABSOLUTA :

Cadencia salto de altura absoluta mulleres: 1'20 - 1'30 - 1'36 - 1'41 - 1'46 – e de 3 en 3 cm.

SALTO DE LONXITUDE:

Táboas a 2 e 3 m.

TROFEOS:

Trofeo os primeiros das probas absolutas mulleres e homes.

No lanzamento de disco, martelo, salto de altura e salto de lonxitude levarán trofeo o gañador por marca independentemente da súa categoría.

No 100 m. valados e 300 m. valados, trofeo os primeiros.

Nas categorías menores levarán medallas os tres primer@s de cada proba.

No relevo 4x100 m. lisos, trofeo o equipo vencedor en mulleres e homes.

O DELEGADO TÉCNICO
Agustín González Ruiz
(asinado no orixinal)

O DELEGADO DA F.G.A EN VALDEORRAS
Manuel Rodríguez Teijeiro
(asinado no orixinal)