

Distancia :
Dorsal :
Tempo :

1.000m



Saída	4	3	2	1	META	pº
(5 V)	400m	800m	1.200m	1.600m	2.000m	
						1
						2
						3
						4
						5
						6
						7
						8
						9
						10
						11
						12
						13
						14

COMPETICION:

Sinatura Xuiz,

PROBA: 2.000m	<input type="checkbox"/> Mulleres	Data:
<input type="checkbox"/> Marcha	<input type="checkbox"/> Homes	

Sinatura Cronometrador,



DELEGACIÓN F.G.A. EN _____ COMITÉ DE XUICES

Distancia :
Dorsal :
Tempo :

1.000m



Saída (5 V)	4 400m	3 800m	2 1.200m	1 1.600m	META 2.000m	po

COMPETICION:

Sinatura Xuiz,

PROBA: 2.000m	<input type="checkbox"/> Mulleres	Data:
<input type="checkbox"/> Marcha	<input type="checkbox"/> Homes	

Sinatura Cronometrador,



DELEGACIÓN F.G.A. EN _____ COMITÉ DE XUICES


Distancia :
Dorsal :
Tempo :

1.000m

↓

2.000m

↓

Saída	7	6	5	4	3	2	1 	META	Pº
(7,5 V)	200m	600m	1.000m	1.400m	1.800m	2.200m	2.600m	3.000m	
									1
									2
									3
									4
									5
									6
									7
									8
									9
									10
									11
									12
									13
									14

COMPETICION: _____

Sinatura Xuiz,

PROBA: 3.000m.	<input type="checkbox"/> Mulleres	Data:
<input type="checkbox"/> Marcha	<input type="checkbox"/> Homes	

Sinatura Cronometrador,



Distancia :
Dorsal :
Tempo :

1.000m

2.000m



Saída	7	6	5	4	3	2	1	META	pe
(7,5 V)	200m	600m	1.000m	1.400m	1.800m	2.200m	2.600m	3.000m	

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

COMPETICION:

Sinatura Xuiz,

PROBA: 3.000m.	<input type="checkbox"/> Mulleres	Data:
<input type="checkbox"/> Marcha	<input type="checkbox"/> Homes	

Sinatura Cronometrador,



5.000m

Distancia :
Dorsal :
Tempo :

1.000m

2.000m

3.000m

4.000m

Saída	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	META	pe
(12,5 V)	200m	600m	1.000m	1.400m	1.800m	2.200m	2.600m	3.000m	3.400m	3.800m	4.200m	4.600m	5.000m	
														1
														2
														3
														4
														5
														6
														7
														8
														9
														10
														11
														12
														13
														14

Competición :

Sinatura Xuiz,

Sinatura Cronometrador,

Proba : 5.000 m.	<input type="checkbox"/> Mulleres	Data :
<input type="checkbox"/> Marcha	<input type="checkbox"/> Homes	



5.000m

Distancia :
Dorsal :
Tempo :

1.000m

2.000m

3.000m

4.000m



Saída	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1		META	pe
(12,5 V)	200m	600m	1.000m	1.400m	1.800m	2.200m	2.600m	3.000m	3.400m	3.800m	4.200m	4.600m		5.000m	

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Competición :

Sinatura Xuiz,

Sinatura Cronometrador,

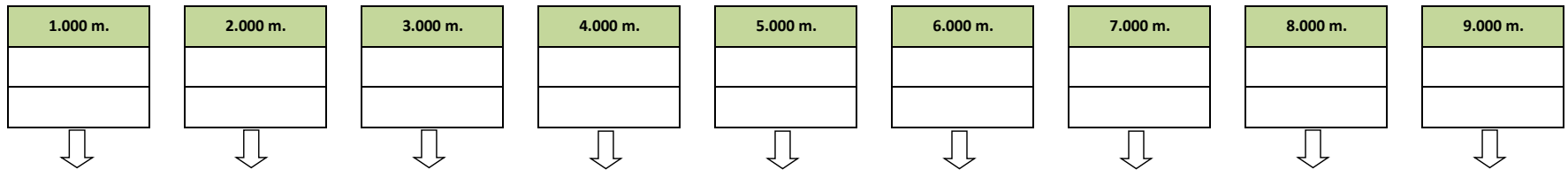
Proba : 5.000 m.	<input type="checkbox"/> Mulleres	Data :
<input type="checkbox"/> Marcha	<input type="checkbox"/> Homes	



DELEGACIÓN F.G.A. EN _____ COMITÉ DE XUICES.

Distancia
Dorsal :
Tempo :

10.000m



Saída	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	META	P º		
(25 V)	400m	800m	1.200m	1.600m	2.000m	2.400m	2.800m	3.200m	3.600m	4.000m	4.400m	4.800m	5.200m	5.600m	6.000m	6.400m	6.800m	7.200m	7.600m	8.000m	8.400m	8.800m	9.200m	9.600m	10.000m			
																											1	
																												2
																												3
																												4
																												5
																												6
																												7
																												8
																												9
																												10
																												11
																												12
																												13
																												14

COMPETICION :

PROBA : **10.000 m.** Mulleres Homes

Marcha Homes

Data:

Sinatura do Xuiz,

Sinatura do Cronometrador,



DELEGACIÓN F.G.A. EN _____ COMITÉ DE XUICES

Distancia	1.000 m.	2.000 m.	3.000 m.	4.000 m.	5.000 m.	6.000 m.	7.000 m.	8.000 m.	9.000 m.
Dorsal :									
Tempo :									

Saída	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	META	P º
(25 v)	400m	800m	1.200m	1.600m	2.000m	2.400m	2.800m	3.200m	3.600m	4.000m	4.400m	4.800m	5.200m	5.600m	6.000m	6.400m	6.800m	7.200m	7.600m	8.000m	8.400m	8.800m	9.200m	9.600m	10.000m	

COMPETICION :	
PROBA : 10.000 m.	<input type="checkbox"/> Mulleres
<input type="checkbox"/> Marcha	<input type="checkbox"/> Homes
Data:	

Sinatura do Xuiz,

Sinatura do Cronometrador,



DELEGACIÓN F.G.A. EN _____ COMITÉ DE XUICES