



HORARIO DA FINAL DA VIII LIGA GALEGA ABANCA CATEGORÍAS MENORES DE INVERNO FASE FINAL 2019

A Federación Galega de Atletismo organiza a Fase Final da VIII Liga Galega Abanca Categorías Menores de Inverno o día 15 de decembro de 2019, na pista cuberta de Ourense en Expourense.

HORARIO DEFINITIVO (Xornada de Mañá)						
HORA	CARREIRAS	ALTURA	LONXITUDE	PESO	PÉRTEGA	TRIPLO
10:30		Sub 10 H-M	Sub 10 H-M	Sub 12 H-M	Sub 14 H-M	
10:55						
11:20			Sub 14 H-M	Sub 14 H-M		
11:30	60 mv Homes					
11:40	60 mv Mulleres	Sub 14 H-M				
11:45	50 Sub 10 Homes					
11:50	50 Sub 10 Mulleres					
11:55	60 Sub 12 Homes					
12:00	60 Sub 12 Mulleres					
12:05	60 Sub 14 Homes					
12:10	60 Sub 14 Mulleres		Sub 12 H-M	Sub 10 H-M		
12:15	500 Sub 10 Homes					
12:20	500 Sub 10 Mulleres					
12:25	500 Sub 12 Homes					
12:30	500 Sub 12 Mulleres					
12:35	500 Sub 14 Homes					
12:40	500 Sub 14 Mulleres					
12:45	1000 Sub 10 Homes	Sub 12 H-M				
12:52	1000 Sub 10 Mulleres					
12:58	1000 Sub 12 Homes					
13:05	1000 Sub 12 Mulleres					Sub 14 H-M
13:12	1000 Sub 14 Homes					
13:20	1000 Sub 14 Mulleres					
13:30	Relevos Sub 10* H-M					
13:50	Relevos Sub 12* H-M					
14:10	Relevos Sub 14* H-M					

Cadencias Altura Sub 10 Masc e Fem: 0,83 – 0,90 – 0,97 – 1,02 – 1,07 – 1,11 – 3/3

Cadencias Altura Sub 12 Masc e Fem: 1,00 – 1,07 – 1,14 – 1,19 – 1,24 – 1,27 – 3/3

Cadencias Altura Sub 14 Masc e Fem: 1,00 – 1,08 – 1,16 – 1,22 – 1,27 – 1,31 – 1,35 – 3/3

Cadencia Pérttega Sub 14 Masc e Fem: 1,61 – 1,76 – 1,91 – 2,01 – 10/10

Relevos

Os relevos realizarase de ida e volta, na serie A irán os 4 mellores equipos do estadio clasificadorio. A proba de relevos será de 4x50 ou 4x60 (segundo a categoría) e farase de ida e volta na zoa central. Nos cambios o receptor e o testigo deberán encontrarse integramente por deras da liña de cambio (meta ou saída de 50, 60). Para elo poñerase unha liña a 1m de referencia da saída e da meta, na que terán que agardar os/as receptores/as.

O percorrido será de ida polas rúas pares e a volta polas impares.