

VIII LIGA GALEGA ABANCA DE CATEGORÍAS MENORES DE INVIERNO
Xornada C

30 de novembro do 2019 "Estadio Municipal de Calabagueiros" - O Barco -

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

Patrocina: ABANCA

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

Cronometraje: Manual.

HORARIO			
11.00	Triplio Salto	SUB14	Mulleres-Homes
	Salto de Altura	SUB 12	Mulleres-Homes
11.30	Lanzamento de Peso	SUB14	Mulleres-Homes
12.00	Salto de Lonxitude	SUB10	Mulleres-Homes
12.20	1.000 m.lisos	SUB14	Mulleres-Homes
12.30	1.000 m.lisos	SUB12	Mulleres-Homes
12.45	1.000 m.lisos	SUB10	Mulleres-Homes

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

INSCRIPCIÓNS: Na Web da RFEA <https://isis.rfea.es/sirfea2/>, **ata o mércores 27 de Novembro 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 rectificadas 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.

PARTICIPACIÓNS:

LANZAMIENTO DE PESO:

Haberá 3 intentos.

Peso 3kg.

SALTO DE ALTURA:

Cadencia salto de altura Mulleres e Homes: 1,00-1,06-1,12-1,18-1,22-e de 3 en 3 cm.

SALTO DE LONXITUDE:

Haberá 3 intentos

Táboas a 1 m.

TRIPLIO SALTO:

Haberá 3 intentos

Táboas a 6 - 8 m.

O DELEGADO TÉCNICO

Agustín González Ruiz

(asinado no orixinal)

O DELEGADO DA F.G.A EN VALDEORRAS

Manuel Rodríguez Teijeiro

(asinado no orixinal)