



Control Pista Cuberta S.G. Pontevedra – C.A. Sada

Lugar e Data: Ourense (Pista Cuberta Expourense) sábado 4 de xaneiro de 2020

Organiza: Sociedad Gimnástica de Pontevedra e Club Atletismo Sada

Control Técnico: Comité Galego de Xuíces da Federación Galega de Atletismo

REGULAMENTO

1) Horario:

HOMES		Límite Participantes	HORA	Límite Participantes	MULLERES			
Peso (7,260 kg) 60 m.l.	Sub23 en adiante	9	16:30	9	Sub23 en adiante	Peso (4 kg)		
	Sub 16 en adiante	64			Sub 16 en adiante	Triplo		
					16:45	16	Sub 16 en adiante	60 m.l.
Pértega 1.500 m.l.	Sub 16 en adiante	8	17:05	64	Sub 16 en adiante	Pértega		
	Sub 18 en adiante	24			Sub 16 en adiante	1.500 m.l.		
					17:45	8	Sub 18 en adiante	60 m.l.
60 m.l. Final A,B,C	Sub 16 en adiante	24*	18:00	24	Sub 16 en adiante	60 m.l. Final A,B,C		
					18:15	24*	Sub 16 en adiante	200 m.l.
					18:30	30	Sub 16 en adiante	400 m.l.
Lonxitude 200 m.l.	Sub 16 en adiante	16	18:45	30	Sub 16 en adiante	200 m.l.		
					19:15	12	Sub 16 en adiante	400 m.l.
					19:50	12	Sub 16 en adiante	400 m.l.
400 m.l.	Sub 16 en adiante	12	20:00	12	Sub 16 en adiante	400 m.l.		

- 2) A inscrición terá un custo de 3€ por atleta inscrito.
- 3) O máximo de probas permitidas é de 2 por participante.
- 4) O lanzamento de peso será mixto. Pasarán á mellora os 5 mellores masculinos e as 5 mellores femininas.
- 5) As táboas de triplo serán de 6, 8 e 10 m.
- 6) O salto con pértega será mixto coa seguinte cadencia: 1,80 – 1,95 – 2,10 e de 15 en 15 cm.
- 7) A táboa de lonxitude será de 3 m.
- 8) Pasarán ás finais de 60 m.l. os 24 mellores tempos das series de 60 m.l.
- 9) Na proba de 200 m. utilizaranse as rúas da 2 á 6.
- 10) O horario poderá sufrir modificacións en función do número de inscritos.
- 11) Inscricións: ata as 23:59 horas do martes 31 de decembro de 2019 pola extranet da RFEA.
- 12) Os/As atletas dos clubs organizadores terán preferencia á hora de ser admitidos/as.
- 13) Poderase confirmar a participación e recoller o dorsal, ata 50' antes do comezo de cada proba.
- 14) Os atletas deberán empregar o dorsal outorgado pola organización. Esta non facilitará imperdibles.
- 15) Reclamacións: Segundo manual da I.A.A.F.
- 16) A organización non se fai responsable dos danos morais ou materiais que poidan producirse con motivo da disputa desta competición.

PATROCINADORES:

