



CIRCULAR 59-2022. ANEXO CIRCULAR 55-2022

HORARIO E CADENCIAS DO XXXV CAMPIONATO XUNTA DE GALICIA

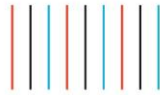
MÁSTER EN PISTA AO AIRE LIBRE

- A todas as delegacións da FGA.
- A todos/as os/as asembleístas
- A todos os clubs galegos con licenza vixente
- A todos/as os/as adestradores/as con licenza vixente
- A todos/as os/as xuíces/zas galegos/as con licenza vixente

A Delegación da F.G.A. Lugo organizará o Campionato Xunta de Galicia Máster de Aire Libre o día 15 de maio de 2022 nas pistas de atletismo do estadio Gregorio Pérez Rivera.

| HORARIO DO CTO. XUNTA DE GALICIA MÁSTER - XORNADA DE MAÑÁ | | | | |
|--|------------------|---------------|-----------------------|-------------------------|
| HORA | CARREIRAS | PESO | LANZAM. LONGOS | SALTOS VERTICAIS |
| 10:00 | | | Disco Mulleres | |
| 10:20 | 5 Km M-H | | | |
| 11:00 | 400 mv. H-M | | | |
| 11:10 | 300 mv M | | Disco Homes | Altura H-M |
| 11:20 | 5000 H | Peso Mulleres | | |
| 11:50 | 5000 H-M | | | |
| 12:20 | | | Xavelina Homes | |
| 12:30 | 800 Homes | | | |
| 12:40 | | Peso Homes | | Pértega H-M |
| 12:48 | 800 Mulleres | | | |
| 12:55 | 1500 Homes | | | |
| 13:10 | 1500 Mulleres | | | |
| 13:20 | | | Xavelina Mulleres | |

| HORARIO DO CTO. XUNTA DE GALICIA MÁSTER - XORNADA DE TARDE | | | |
|---|------------------------|---------------------------|-----------------------|
| HORA | CARREIRAS | SALTOS HORIZONTAIS | LANZAM. LONGOS |
| 16:30 | 110 mv Homes | Lonxitude H 35-50 | Martelo Homes |
| 16:40 | 100 mv Homes | | |
| 16:50 | 100 mv Mulleres | | |
| 17:00 | 80 mv Mulleres | | |
| 17:10 | 100 Homes | | |
| 17:20 | | | Martelo Mulleres |
| 17:40 | 100 Mulleres | Lonxitude H 55+ M | |
| 17:50 | 400 Homes | | |
| 18:10 | 400 Mulleres | | M. Pesado Homes |
| 18:35 | 3000 Obs. (0,91) Homes | | |
| 18:55 | 200 Homes | Triplo H-M | |
| 19:10 | | | M. Pesado Mulleres |
| 19:20 | 200 Mulleres | | |
| 19:45 | 4x100 Homes | | |
| 19:55 | 4x100 Mulleres | | |



CIRCULAR

Complexo Deportivo de Elviña, Avenida de Glasgow, 13
15008 A Coruña. - T. +34 981 291 683 - federacion@atletismo.gal
atletismo.gal - carreirasgalegas.com

Cadencias altura de 10 en 10 ata: 1,04 despois de 4 en 4
Cadencias de pértega: a máis baixa solicitada e de 10 en 10.

Táboas lonxitude: 1 e 3

Táboas triplo: a maior e a menor solicitadas e unha intermedia acordada.

| Cámara de chamadas entrada 5 minutos antes de saída a pista | |
|--|----|
| Saída a pista | |
| Carreiras lisas | 6 |
| Carreiras valos | 7 |
| Relevos | 8 |
| Pértega | 25 |
| Resto concursos | 20 |

A Coruña, a 12 de maio de 2022

Carlos Castro Vicente
Secretario Xeral da Federación Galega de Atletismo