



**Federación
Galega de
Atletismo**



CIRCULAR

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



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO

CIRCULAR 78-2022. ANEXO CIRCULAR 73-2022 E 74-2022

HORARIO E DACENCIAS DO CTO. XUNTA DE GALICIA SUB 20 – SUB 16 E CTO. XUNTA DE GALICIA DE PROBAS COMBINADAS SUB 20 – SUB 16.

- A todas as delegacións da F.G.A.
- 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

HORARIO PROVISIONAL CAMPIONATO XUNTA DE GALICIA S16 XORNADA DA MAÑÁ 02/07/2022						
HORA	CARREIRAS	ALTURA	FOSO	LANZ. LONGOS	PESO	PÉRTEGA
10:30	3000 Marcha M		Triplo Mulleres	Xavelina Homes		
10:55	5000 Marcha H					
11:35	3000 Homes					Mulleres
11:50	3000 Mulleres	Mulleres	Triplo Homes			
12:10	300 mv Homes			Xavelina Mulleres		
12:25	300 mv Mulleres					
12:40	100 ml Homes Sem					
13:00	100 ml Mulleres Sem					
13:15			Lonx. Mulleres			
13:25	1500 Obs Homes	Homes			Mulleres	
13:35	1500 Obs Mulleres					
13:45	1000 Homes			Martelo Homes		
13:53	1000 Mulleres					
14:05	100 ml Homes Final					
14:12	100 ml Mulleres Final					

HORARIO PROVISIONAL CAMPIONATO XUNTA DE GALICIA S16 XORNADA DA TARDE 02/07/2022						
HORA	CARREIRAS	PESO	PÉRTEGA	LANX.	LANZ. LONGOS	ALTURA
16:30	100 mv Comb	Homes		Homes	Martelo Mulleres	
16:45	100 mv Mulleres Sem					
16:50						
17:02	100 ml Comb					
17:20	300 Homes Finais					
17:30						Altura Comb
17:40	300 Mulleres Finais					
17:50		Peso Comb	Homes		Disco Mulleres	
18:00	600 Homes Finais					
18:15	600 Mulleres Finais					
18:30						
18:40	100 mv Homes Final					Altura Comb
18:50	100 mv Mulleres Final					
19:00					Disco Homes	
19:10		Peso Comb				
19:20	4x100 Homes					
19:30	4x100 Mulleres					
20:10	200				Disco Comb	



HORARIO PROVISIONAL CAMPIONATO XUNTA DE GALICIA S20 - XORNADA DE MAÑÁ 03/07/2022

HORA	CARREIRAS	ALTURA	LONX.	LANZ. LONGOS	PESO	PÉRTEGA
10:30	100 mv Com	Mulleres	Lonxitude Comb	Xavelina M-H		
10:40	3000 H-M					
11:05						Combinadas Homes
11:10			Mulleres			
11:30	400 mv Homes			Xavelina Comb		
11:40						
11:45	400 mv Mulleres	Homes				
12:00	100 ml Homes Sem					
12:10						
12:15	100 ml Mulleres Sem					
12:30						
12:35	3000 Obs Homes			Xavelina Comb		
12:45			Homes			
12:50	3000 Obs Mulleres					
13:10	600 Comb				Mulleres	
13:18	800 Comb					
13:25	1500 Homes			Disco Homes		
13:32	1500 Mulleres					
13:45	100 ml Homes Final					
13:52	100 ml Mulleres Final					
14:00	1000 ml Comb					

HORARIO CAMPIONATO XUNTA DE GALICIA S20 - XORNADA DE TARDE 03/07/2022

HORA	CARREIRAS	PÉRTEGA	PESO	TRIPLO	LANZA. LONGOS
16:30		Mulleres		Mulleres	Disco Mulleres
16:50	200 Homes Sem				
17:05	200 Mulleres Sem				
17:20	800 Homes Finais			Homes	
17:35	800 Mulleres Finais				
17:50	400 Homes Finais				Martelo M-H**
18:05	400 Mulleres Finais		Homes		
18:20	110 mv Homes Final	Homes			
18:35	100 mv Mulleres Final				
18:45	200 Homes Final				
18:55	200 Mulleres Final				
19:15	4x100 Homes				
19:25	4x100 Mulleres				

* A marcha Sub 20 celebrarase o día 2 coa sub 16

** Pasarán á mellora os 6 mellores atletas de cada sexo



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

Cadencias Sub 16

Pértega Mulleres: 1,87-2,02-2,17-2,32-2,47-2,62-2,77-2,90-3,00-10/10

Pértega Homes: 2,10-2,30-2,50-2,70-2,90- 3,00-3,20 10/10

Altura Mulleres: 1,05-1,20-1,26-1,26-1,32-1,37-1,42-1,47-1,51-1,54 3/3

Altura Homes: 1,40-1,48-1,53-1,58-1,63-1,673/3

Altura Comb. Mulleres: ata 1,20 de 9/9 ata 1,38 de 6/6 e logo de 3/3

Altura Comb. Homes: ata 1,25 de 9/9 ata 1,43 de 6/6 e logo de 3/3

Pértega Comb Homes: ata 2,30 de 30/30 , ata 2,50 de 20/20 e logo de 10/10

Cadencias Sub 20

Pértega Mulleres: 1,87-2,02-2,17-2,32-2,47-2,62-2,77-2,90-3,00-10/10

Pértega Homes: 2,10-2,30-2,50-2,70-2,90- 3,00-3,20 10/10

Altura Mulleres: 1,05-1,20-1,26-1,26-1,32-1,37-1,42-1,47-1,51-1,54 3/3

Altura Homes: 1,40-1,48-1,53-1,58-1,63-1,673/3

A Coruña, 30 de xuño de 2022

Carlos Castro Vicente
Secretario Xeral da Federación Galega de Atletismo