



## **CIRCULAR 58-2023. ANEXO 53-2023**

### **HORARIO DO IX CAMPIONATO XUNTA DE GALICIA DE CLUBS DE PROBAS COMBINADAS 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 Federación Galega de Atletismo organiza o IX Campionato Xunta de Galicia de Clubs de Probas Combinadas os días 29 e 30 de abril nas pistas do CGTD de Pontevedra.

<b>HORARIO CTO. CLUBS COMB. - 29/04/2023 - XORNADA MAÑÁ</b>		
10:00	100v (0,84)	Fem Sub 23 e Senior
10:10	100v (0,76)	Fem Sub 16 e Sub 18
10:30	100m	Masc Sub 18
10:35	100m	Masc Sub 18
10:40	100m	Masc Sub 16-20-23
10:50	Altura	Fem
11:15	Lonxitude	Decatlón
12:15	Peso	Octatlón
12:55	Peso	Decatlón
13:30	Altura	Octatlón

<b>HORARIO CTO. CLUBS COMB. - 30/04/2023 - XORNADA MAÑÁ</b>		
10:00	100v (0,91)	Octatlón
10:00	Lonxitude	Fem
10:10	110v (0,91)	Sub 18
10:25	110v (0,99 e 1,06)	Sub 20-23
10:35	Pértega	Octatlón
11:00	Disco	Decatlón
12:00	Xavelina	Fem
12:25	Pértega	Decatlón
13:15	Xavelina	Octatlón
13:30	600	Exatlón
13:40	800	Heptatlón
13:50	1000	Octatlón

<b>HORARIO CTO. CLUBS COMB. - 29/04/2023 - XORNADA TARDE</b>		
16:30	Altura	Decatlón
17:00	Disco	Octatlón
17:20	Peso	Fem
19:20	200m	Fem
19:35	400m	Decatlón

<b>HORARIO CTO. CLUBS COMB. - 30/04/2023 - XORNADA TARDE</b>		
17:00	Xavelina	Decatlón
18:35	1500	Decatlón

#### **CADENCIAS**

- **Altura feminina:** 1.05 - 1.11 - 1.17 - 1.23 - 1.29 - 1.35 - 1.41 e de 3 en 3 cm.
- **Altura octatlón:** 1.19 - 1.25 - 1.31 - 1.37 - 1.43 - 1.49 - 1.55 - 1.61 e de 3 en 3 cm.
- **Altura decatión:** 1.25 - 1.31 - 1.37 - 1.43 - 1.49 - 1.55 - 1.61 e de 3 en 3 cm.
- **Pértega:** 1.80 - 2.10 - 2.40 - 2.60 - 2.80 - 3.00 - 3.20 - 3.30 e de 10 en 10cm.

A Coruña, a 24 de abril de 2023

Carlos Castro Vicente  
Secretario Xeral da Federación Galega de Atletismo