



CIRCULAR 89-2023. ANEXO CIRCULAR 82-2023 **HORARIO E CADENCIAS DO CTO. XUNTA DE GALICIA ABSOLUTO** **E SUB 23 E CTO. XUNTA DE GALICIA DE PROBAS COMBINADAS** **ABSOLUTO, SUB 23 E SUB 20**

- *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*

Cadencias nos saltos verticais.

Altura Mulleres	1,45 - 1,49 - 1,53 - 1,57 - 1,61 - 1,65 e de 3 en 3 cm.
Altura Homes	1,57 - 1,63 - 1,68 - 1,73 - 1,77 - 1,81 e de 3 en 3 cm.
Pértega Mulleres	2.45 - 2.65 - 2.80 - 2.95 - 3.10 e de 10 en 10 cm.
Pértega Homes	3.20 - 3.40 - 3.60 - 3.75 - 3.90 e de 10 en 10 cm.

- Nas probas combinadas situarase o listón á altura máis baixa solicitada polos participantes e que permitan os saltómetros, elevándose de 3 en 3 cm na altura e de 10 en 10 cm na pértega.

Sistema de calificación para as finais.

100	2 Q + 2 mellores tempos (q)
200	2 Q + 2 mellores tempos (q)
110v	3 Q + 2 mellores tempos (q) No 110v., no caso de non presentarse 8 atletas con licenza galega na semifinal, esta tomará carácter de control. A non participación nesta hipotética serie de control, non será impedimento de poder participar nas restantes probas.
100v	Final directa. Na hora da semifinal realizarase unha serie control para estas atletas (confirmación en secretaría antes das 11:00). A non participación nesta serie de control, non será impedimento de poder participar nas restantes probas.



CIRCULAR

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

HORARIO DEFINITIVO SÁBADO - XORNADA DE MAÑÁ					
HORA	CARREIRA	ALTURA	TRIPLO	LANZ. LONGOS	PESO
10:00	5000 Marcha H-M*			Xavelina Homes Absoluta e S23	
10:35	5000 Mulleres				
10:40		Homes			
10:45			Mulleres Absoluto e Sub 23		
10:58	100 Decatlón				
11:03	5000 Homes				
11:25				Xavelina Mulleres Absoluta e S23	
11:30	110 mv Homes Semis				Peso Homes Absoluto e S23
11:40	100 mv Mulleres Control				
11:45	100m mv Heptatlón				
11:55	100 Homes Semis				
12:10	100 Mulleres Semis		Lonxitude Decatlón		
12:30	400 Mulleres Finais				
12:35				Disco Mulleres Absoluto e Sub 23	
12:45	400 Homes Finais	Altura Heptatlón			
13:00	110 Mv Homes Final		Homes Absoluto e Sub 23		Peso Decatlón
13:10	100 mv Mulleres Final				
13:20	1500 Homes Final				
13:35	1500 Mulleres Final				
13:48	100 ml Homes Final				
13:55	100 ml Mulleres Final				



CIRCULAR

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

SÁBADO – XORNADA DE TARDE					
HORA	CARREIRA	PÉRTEGA	LONXITUDE	LANZAMENTOS	ALTURA
17:00	200 Semf Homes	Mulleres		Disco Homes Absoluto e Sub 23	Mulleres
17:05			Homes Absoluta e S23	Peso Mulleres Absoluto e S23	
17:20	200 Semf Mulleres				
17:55	400 mv Finais Homes				
18:10	400 mv Finais Mulleres				
18:25	800 Finais Homes			Martelo Mulleres Absoluto e Sub 23	
18:30				Peso Heptatlón	
18:40	800 Finais Mulleres				
18:55	200 Final Homes		Mulleres Absoluta e Sub 23		
19:00					Altura Decatlón
19:05	200 Final Mulleres				
19:10		Homes			
19:15	3000 Obs Homes				
19:33	3000 Obs Mulleres				
19:53	200 Heptatlón				
20:00	4x100 Homes			Martelo Homes Absoluto e Sub 23	
20:15	4x100 Mulleres				
20:30	4x400 Homes				
20:40	4x400 Mulleres				
20:50	400 Decatlón				

DOMINGO – XORNADA DE MAÑÁ		
DECATLÓN	HORA	HEPTATLÓN
110 mv (0,91 – 1,00 – 1,06)	10:00	
Disco	10:35	Lonxitude
Pértega	11:25	
	11:35	Xavelina
	12:35	800
Xavelina	13:05	
1500	13:50	

A Coruña, 15 de xuño de 2023

Carlos Castro Vicente
Secretario Xeral da Federación Galega de Atletismo