



**Federación
Galega de
Atletismo**



CIRCULAR

Proza Agustín Díaz, s/n - 15008 - A Coruña.
T. +34 981 291 683 - federacion@atletismo.gal
atletismo.gal - carreirasgalegas.com C.I.F. G15103500



**DEPORTE
GALEGO**

CIRCULAR 25-2024. ANEXO CIRCULARES: 13-14-15-2024

HORARIO DEFINITIVO E CADENCIAS:

- **CONTROL FGA PC - 20/01/2024 (XORNADA DE MAÑÁ)**
- **CONTROL FGA PC - 20/01/2024 (XORNADA DE TARDE)**
- **CONTROL FGA PC - 21/01/2024(XORNADA DE MAÑÁ)**

- *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*

CONTROL FGA - 20/01/2024 - XORNADA DE MAÑÁ			
HORA	CARREIRAS	CAT/MODALIDADE	LONXITUDE
10:00			Mulleres
10:20	60	Homes	
10:25	60	Homes	
10:41	60	Homes	
10:46	60	Homes	
10:51	60	Homes	
10:56	60	Homes	
11:01	60	Homes	
11:06	60	Mulleres	
11:11	60	Mulleres	
11:16	60	Mulleres	
11:21	60	Mulleres	
11:26	60	Mulleres	
12:10	60	Mulleres	
12:15	60	Mulleres	
12:20	60	Mulleres	
12:25	60	Mulleres	
12:30	60	Mulleres	
12:35	60	Mulleres	
12:42	300	Homes	
12:48	300	Homes	
12:54	300	Homes	
13:00	300	Mulleres	
13:06	300	Mulleres	
13:12	300	Mulleres	
13:18	300	Mulleres	
13:26	400	Homes	
13:32	400	Homes	
13:38	400	Homes	
13:44	400	Mulleres	
13:50	400	Mulleres	
13:56	400	Mulleres	



**Federación
Galega de
Atletismo**



CIRCULAR

Proza Agustín Díaz, s/n - 15008 - A Coruña.
T. +34 981 291 683 - federacion@atletismo.gal
atletismo.gal - carreirasgalegas.com

C.I.F. G15103500



**DEPORTE
GALEGO**

CONTROL FGA - 20/01/2024 - XORNADA DE TARDE				
HORA	CARREIRAS	CAT/MODALIDADE	LONXITUDE	PÉRTEGA
16:30	200	Homes		H-M A
16:36	200	Homes		
16:42	200	Homes		
16:48	200	Homes		
16:54	200	Homes		
17:00	200	Homes		
17:06	200	Mulleres		
17:12	200	Mulleres		
17:18	200	Mulleres		
17:24	200	Mulleres		
17:30	200	Mulleres		
17:36	200	Mulleres		
17:42	800	Homes		
17:48	800	Homes		
17:54	800	Homes		
18:00	800	Mulleres		
18:06	800	Mulleres		
18:12	1000	Sub 16 Homes		
18:19	1000	Sub 16 Homes		
18:26	1000	Sub 16 Mulleres		
18:33	1000	Sub 16 Mulleres		H-M B
18:40	1500	Homes		
18:47	1500	Homes		
18:54	1500	Homes		
19:01	1500	Mulleres		
19:08	1500	Mulleres		
19:18				
19:25				
19:30			Homes	
19:34	600	Sub 16 Homes		
19:41	600	Sub 16 Homes		
19:48	600	Sub 16 Mulleres		
19:55	600	Sub 16 Mulleres		
20:02	600	Sub 16 Mulleres		



Federación
Galega de
Atletismo



CIRCULAR

Praza Agustín Díaz, s/n - 15008 - A Coruña.

T. +34 981 291 683 - federacion@atletismo.gal

atletismo.gal - carreirasgalegas.com

C.I.F. G15103500



DEPORTE
GALEGO

CONTROL FGA - 21/01/2024			
HORA	CARREIRAS	CAT/MODALIDADE	TRIPLO
10:22	60 valos	Abs Homes	
10:22	60 valos	Sub 20 Homes	
10:22	60 valos	Sub 18 Homes	
10:55	60 valos	Sub 16 Homes	
11:08	60 valos	Abs Mulleres	
11:18	60 valos	Sub 16-18 Mulleres	Homes
11:26	60 valos	Sub 16-18 Mulleres	
12:10	60	Sub 14 Homes	Mulleres B
12:15	60	Sub 14 Homes	
12:20	60	Sub 14 Homes	
12:25	60	Sub 14 Mulleres	
12:30	60	Sub 14 Mulleres	
12:35	60	Sub 14 Mulleres	
12:40	60	Sub 14 Mulleres	
12:45	60	Sub 12 Homes	
12:50	60	Sub 12 Homes	
12:55	60	Sub 12 Homes	
13:00	60	Sub 12 Homes	
13:05	60	Sub 12 Mulleres	Mulleres A
13:10	60	Sub 12 Mulleres	
13:15	60	Sub 12 Mulleres	
13:20	50	Sub 10 Homes	
13:25	50	Sub 10 Homes	
13:30	50	Sub 10 Mulleres	
13:35	50	Sub 10 Mulleres	

Cadencia Pértega

1,80-2,10-2,40-2,70-3,00-3,15-3,30-3,45 10/10

Nas series de 200 correrán: polas estaxes 5 e 6, as 12 mellores marcas; pola 3 e 4, as 12 seguintes; pola estaxe 2, as 6 seguintes; e pola 1, o resto. As dúas mellores marcas correrán na derradeira serie programada, xunto cos mellores tempos das estaxes 3 e 4, e así sucesivamente.

Todo o non disposto no presente regulamento resolverase, por esta orde, de acordo as normas da F.G.A., R.F.E.A. e World Athletics.

A Coruña, a 18 de xaneiro de 2024

Carlos Castro Vicente
Secretario Xeral da Federación Galega de Atletismo