

4ª XORNADA A XOGADE VALDEORRAS AIRE LIBRE (XORNADA A)

SABADO, 4 DE MAIO de 2.024 -

Pista de atletismo LUIS NOGUEIRA Estadio Municipal “Calabagueiros” – O Barco

HORA	PROBA	CATEGORIA	SEXO
17:00	4X60 m.l	Alevín	Mixto
17:15	4X50 m.l	Benxamín	Mixto
17:30	Salto de Lonxitude Salto de Altura	Alevín Infantil	Mulleres Mulleres/Homes
17:40	Lanzamento de Peso (1 kg) Lanzamento de Disco (0,800 grs)	Benxamín infantil	Mulleres/Homes Mulleres/Homes
17:45	60 m.l A	Alevín	Homes
17:50	60 m.l B	Alevín	Homes
17:55	60 m.l C	Alevín	Homes
18:00	60 m.l Lanzamento de xavelina (0,400/0,500 grs)	Alevín Infantil	Mulleres Mulleres/Homes
18:05	60 m.l B	Alevín	Mulleres
18:10	60 m.l C	Alevín	Mulleres
18:15	50 m.l A	Benxamín	Homes
18:20	50 m.l B Salto de Lonxitude	Benxamín Alevín	Homes Homes
18:25	50 m.l A	Benxamín	Mulleres
18:30	50 m.l B	Benxamín	Mulleres
18:35	Salto de Lonxitude	Benxamín	Mulleres/Homes
18:40	80 m.l	Infantil	Homes
18:45	80 m.l A Lanzamento de Peso (2 kgs)	Infantil Alevín	Mulleres Mulleres/Homes
18:50	80 m.l B	Infantil	Mulleres
19:00	1.000 m.l	Infantil	Mulleres/Homes

1.- A AD. VALDEORRAS coa colaboración da Delegación en O Barco da Federación Galega de Atletismo , organiza o **4 DE MAYO de 2.024** a 4ª XORNADA A XOGADE VALDEORRAS na Pista de atletismo LUIS NOGUEIRA Estadio Municipal “Calabagueiros” – O Barco

2.- Horario:

INSCRIPCIONES ATA AS 23:59 DO 29 DE ABRIL.

Altura:

Cadencia: 0,95 - 1,00 - 1,05 - 1,10 - 1,15 - 1,20 - 1,25 e de 3 en 3 cm.

Limitación na carreira de aproximación: 10m

Lonxitude:

Táboa a 1 m.

Limitación na carreira de aproximación: Benxamín 10 m. e Alevín 15 m

Sistema de puntuación en categoría Benxamín:

Proba	1 punto	2 puntos	3 puntos	4 puntos	5 puntos
Lonxitude	≤1,99 m.	≥2,00 m.	≥2,35 m.	≥2,70 m.	≥3,05 m.
Peso	≤2,99 m.	≥3 m.	≥4 m.	≥5 m.	≥6 m.

O DELEGADO TÉCNICO
PRESIDENTE A.D. VALDEORRAS
Agustín González Ruiz

O DELEGADO DA F.G.A EN VALDEORRAS
Manuel Rodriguez Teijeiro

(asinado no orixinal)
En O Barco a 17 de Abril de 2.024

(asinado no orixinal)