

CIRCULAR 135-2024. ANEXO CIRCULAR 133-2024 HORARIO E CADENCIAS DO CAMPIONATO XUNTA DE GALICIA 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

Art.1).- Cadencias nos saltos verticais.

Altura FEM	1.25 – 1.30 – 1.35 – 1.40 e de 3 en 3 cm.
Altura MASC	1.50 – 1.55 – 1.60 – 1.65 e de 3 en 3 cm.
Pértega	-20 3.05 e de 10 en 10 cm.

Art.2).- Sistema de cualificación para as finais.

100	3Q + 2 mellores tempos (q)
------------	----------------------------

Art.3).- Horario definitivo.

- ❖ Nas probas de 100mv e 110mv realizarase unha serie extra, a fin de que os atletas inscritos nas finais dispoñan dunha segunda carreira opcional. As persoas interesadas nesta serie extra deberán **confirmar na secretaría de competición antes das 12:40 os homes e das 12:55 as mulleres**

XORNADA DE MAÑÁ						
HORA	CARREIRAS	Final	ALTURA	TRIPLO	PERTEGA	LANZAMENTOS
10:00	5000 Marcha H-M	Final				
10:15			Altura M			
10:35	3000 Homes	Final				
10:50	3000 Mulleres	Final				
11:00						Disco M-H
11:10	100 Homes	Semifinal 1				
11:15					Pértega M-H	
11:16	100 Homes	Semifinal 2				
11:22	100 Mulleres	Semifinal 1				
11:28	100 Mulleres	Semifinal 2				
11:35	1500 Homes	Final				
11:45	1500 Mulleres	Final				
12:00						Martelo M-H
12:05				Triplo H		
12:00	110v Homes	Final				
12:15	100v Mulleres	Final				
12:30	400 Homes	Final B				
12:37	400 Homes	Final A				
12:44	400 Mulleres	Final				
12:54	100 Homes	Final				
13:00	100 Mulleres	Final		Triplo M		
13:10						Peso M
13:15	110v Homes	Extra				
13:23	100v Mulleres	Extra				



XORNADA DE TARDE				
HORA	CARREIRAS		SALTOS	LANZAMENTOS
17:00	400v Homes	Final	Lonxitude H	Xavelina M
17:20	400v Mulleres	Final		
17:35	800 Homes	Final B		
17:43	800 Homes	Final A		
17:51	800 Mulleres	Final		
18:00	200 Homes	Final B		Xavelina H
18:05			Lonxitude M	
18:08	200 Homes	Final A		
18:15	200 Mulleres	Final B		
18:23	200 Mulleres	Final A		
18:35	3000 Obst. Homes	Final		
18:52	3000 Obst. Mulleres	Final		
19:00				Peso H
19:15			Altura H	
19:30	4x100 Homes			
19:40	4x100 Mulleres			

A Coruña, a 11 de xullo de 2024

Yolanda González Fernández
Secretaria Xeral da Federación Galega de Atletismo