



**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**

CIRCULAR 193-2024. HORARIOS DOS CONTROIS FGA PC-28- 29/12/2024

HORARIO CONTROL 28/12/2023- XORNADA DE MAÑÁ

HORA	CARREIRAS	CAT/MODALIDADE	LONXITUDE
10:00			Mulleres
10:34	60 ml	Homes	
10:39	60 ml	Homes	
10:44	60 ml	Homes	
10:49	60 ml	Homes	
10:54	60 ml	Homes	
10:59	60 ml	Homes	
11:03	60 ml	Mulleres	
11:07	60 ml	Mulleres	
11:11	60 ml	Mulleres	
11:15	60 ml	Mulleres	
11:19	60 ml	Mulleres	
11:23	60 ml	Mulleres	
11:27	60 ml	Mulleres	
11:31	60 ml	Mulleres	
11:35	60 ml	Mulleres	
11:39	60 ml	HOMES	
12:24	300 ml	Homes	
12:30	300 ml	Homes	
12:36	300 ml	Homes	
12:42	300 ml	Mulleres	
12:48	300 ml	Mulleres	
12:54	300 ml	Mulleres	
13:00	300 ml	Mulleres	
13:06	400 ml	Mulleres	
13:12	400 ml	Mulleres	
13:18	400 ml	Mulleres	
13:24	400 ml	Mulleres	
13:30	400 ml	Mulleres	
13:36	400 ml	Homes	
13:42	400 ml	Homes	
13:48	400 ml	Homes	
13:54	400 ml	Homes	



**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**

HORARIO CONTROL 28/12/2024- XORNADA DE TARDE

HORA	CARREIRAS	CAT./MODALIDADE	LONXITUDE	PÉRTIGA
16:30			Homes	
17:05	200	Homes		
17:11	200	Homes		
17:17	200	Homes		
17:23	200	Homes		
17:29	200	Homes		
17:35	200	Homes		
17:41	200	Homes		
17:47	200	Mulleres		
17:53	200	Mulleres		
17:59	200	Mulleres		
18:05	200	Mulleres		
18:11	200	Mulleres		
18:17	200	Mulleres		
18:23	800	Homes		
18:29	800	Homes		
18:35	800	Homes		
18:41	800	Mulleres		
18:47	800	Mulleres		
18:50				H-M
18:53	1000	Sub 16 Homes		
19:24	1500	Homes		
19:31	1500	Homes		
19:38	1500	Homes		
19:45	1500	Mulleres		
19:55	600	Sub 16 Homes		
20:01	600	Sub 16 Homes		
20:07	600	Sub 16 Mulleres		

Cadencias da pértega

H-M : 1,85-2,00-2,15-2,30-2,45-2,60-2,75-2,90-3,05-3,20-3,35-3,50-3,60 10/10



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**

HORARIO CONTROL 29/12/2023- XORNADA DE MAÑÁ

HORA	CARREIRAS	CAT/MODALIDADE	Triplo
10:30			Mulleres
10:48	60 MV	Abs Mulleres	
10:56	60 MV	Sub 16-18 Mulleres	
11:10	60 MV	Sub 18 Homes	
11:20	60 MV	Abs Homes	
11:20	60 mv	Sub 20 Homes	
11:40	3000	Mulleres	
12:10	3000	Homes	
12:40			Homes

A Coruña, a 27 de decembro de 2024

Yolanda González Fernández
Secretaria Xeral da Federación Galega de Atletismo