

CIRCULAR 49-2026. ANEXO CIRCULAR 32-2026

XXI CAMPEONATO XUNTA DE GALICIA MÁSTER EN PISTA CURTA

1. Horario definitivo.

SÁBADO – XORNADA DE MAÑÁ					
HORA	CARREIRAS		S. HORIZONTAIS	SALTOS VERTICAIS	PESO
10:00	3000 marcha Masc	Todas	Lonxitude M40 a M50		
10:26	3000 marcha Fem	Todas			
10:53	3000 Masc	M35 e M40			
11:05			Lonxitude M55 en diante		
11:07	3000 Masc	M45 e M50			
11:22	3000 Masc	M55 a M65			
11:40	3000 Masc 3000 Fem	M70 e M75 Todas			
11:50				Pértega F-M	
12:00	60 Masc	M35 e M40			
12:05	60 Masc	M45			
12:10	60 Masc	M50			
12:15	60 Masc	M50			
12:20	60 Masc	M55			
12:25	60 Masc	M60 e M65			
12:30	60 Masc	M70 e M75	Lonxitude Fem		
12:35	60 Fem	F40 e F50			
12:40	60 Fem	F45 e F55			
12:45	60 Fem	F60 en diante			
12:50	1500 Masc	M35 e M40			
12:58	1500 Masc	M45 e M50			
13:06	1500 Masc	M55 en diante			
13:16	1500 Fem	F35 a F45			
13:26	1500 Fem	F50 en diante			
13:38	60v (0,99) Masc	M35 a M45			
13:46	60v (0,91) Masc	M50			
13:54	60v (0,84 e 0,76)	M65 e F40-45			

- **Cadencia da Pértega:** 1,81 - 1,96 - 2,11 - 2,26 - 2,41 - 2,56 - 2,71 - 2,86 e de 10 en 10 cm.

SÁBADO - XORNADA DE TARDE

HORA	CARREIRAS		S. HORIZONTAIS	SALTOS VERTICAIS	PESO
16:30	200 Masc	M35	Triplo F-M		Peso Fem
16:35	200 Masc	M45			
16:40	200 Masc	M40 e M50			
16:45	200 Masc	M50			
16:50	200 Masc	M65 e M55			
16:55	200 Masc	M55			
17:00	200 Masc	M60 e M70			
17:05	200 Masc	M60			
17:10	200 F-M	M75, F35 e F45			
17:15	200 Fem	F40			
17:20	200 Fem	F50 e F75		Altura Fem e M60	
17:25	200 Fem	F55			
17:30	200 Fem	F60 e F70			
17:35	200 Fem	F65			
17:40	800 Masc	M35 e M55			
17:46	800 Masc	M40			
17:50					Peso M50, M55, M75 e M80
17:52	800 Masc	M45			
17:58	800 Masc	M50			
18:04	800 Masc	M60 e M65			
18:10	800 Masc	M70 en diante			
18:17	800 Fem	F40 e F45			
18:24	800 Fem	F50 e F55			
18:30				Altura M35 a M55	
18:31	800 Fem	F60 en diante			
18:39	400 Masc	M35 e M65			
18:44	400 Masc	M40 e M70			
18:49	400 Masc	M45			
18:54	400 Masc	M45			
18:59	400 Masc	M50			
19:04	400 Masc	M55 e M75			
19:09	400 Masc	M60 e M80			
19:10					Peso M40, M45, M60 e M65
19:15	400 Fem	F40 e F45			
19:20	400 Fem	F60			
19:25	400 Fem	F55			
19:30	400 Fem	F60 en diante			
19:40	4x200 Masc	M35 e M40			
19:50	4x200 Masc	M50 en diante			
20:00	4x200 Fem	Todas			
20:10	4x200 Mixto	Máster 35 a 50			
20:20	4x200 Mixto	Máster 50 en diante			

- Cadencias da Altura:

Fem e M60	-6	1,20 e de 4 en 4 cm.
M35 a M55	-6	1,40 e de 4 en 4 cm.

DOMINGO		
HORA	PENTATLÓN FEM	PENTATLÓN MASC
10:00		60v M35 e M45 60v M60 e M65
10:10		60v M50 e M55 60v M75
10:20	60v F40 e F45 60v F50	
10:45		Lonxitude
10:55	Altura	
11:50		Peso
12:45	Peso	
12:50		Altura
13:30	Lonxitude	
14:15	800	
14:20		1000

- **Cadencias da Altura:**

Combinadas	Dende a altura máis baixa solicitada e segundo normativa
-------------------	--

A Coruña, a 03 de febreiro do 2026

Yolanda González Fernández
Secretaria Xeral da Federación Galega de Atletismo