

III Trofeo Gus Dacal



Domingo, 12 de abril de 2026. Centro Galego de Tecnificación Deportiva, Pontevedra.

Organiza: Club Atletismo Rías Baixas.

Colabora: Concello de Ponte Caldelas, CGTD, Grupo Jim Sports, Dibay Eventos, Federación Galego de Atletismo.

NORMATIVA:

- ✓ Hora límite de homologación de artefactos: unha hora antes do comezo da proba.
- ✓ Inscripcións a través da RFEA ata o luns 6 de abril.
- ✓ As notificacións de baixas ata as 21:00 do miércoles 8 de abril ó correo: atleriasbaixas@gmail.com.
- ✓ A cadencia do salto de altura será:
1.00-1.10-1.18-1.25-1.32-1.37-1.42-1.46-1.50 e de 3 en 3cm.
- ✓ Nos lanzamentos de pelota e vórtex haberá 3 intentos.
- ✓ No lanzamento de peso pasarán á mellora as 8 mellores marcas independentemente do artefacto e disporán doutros 3 intentos.
- ✓ No lanzamento de xavelina pasarán á mellora 4 homes e 4 mulleres independentemente do artefacto e disporán doutros 3 intentos.
- ✓ Terán preferencia os atletas do clube organizador.
- ✓ Resérvase o dereito de admisión a atletas por invitación.

PROGRAMA:

HOMES		HORA	MULLERES	
L. vórtex	sub8	10:00	sub10	L. Pelota
L. Pelota	sub10		sub16 en diante	L. peso (3-4kg)
500m	sub10	10:07	sub10	500m
		10:15	sub12	500m
500m	sub12	10:23		
		10:30	sub14	500m
		10:37	sub16 en diante	500m
500m	sub14	10:45		
L. Pelota	sub12	10:50	sub12	L. Pelota
500m	sub16 en diante	10:52		
		11:00	sub14/16	1000m
S. Altura	sub14 en diante		sub16 en diante	S. Altura
1000m	sub14/16	11:10		
		11:20	sub10	50m
50m	sub10	11:30		
		11:40	sub12	60m
L. Xavelina (800g)	sub20 en diante	11:50	sub16 en diante	L. Xavelina (500-600g)
60m	sub12	12:00		
		12:15	sub14	150m
150m	sub14	12:40		
		12:55	sub16 en diante	100m
100m	sub16 en diante	13:15		