



**2ª XORNADA XOGADE VALDEORRAS AIRE LIBRE (XORNADA A)
SABADO, 18 DE ABRIL de 2.026 -
Pista de atletismo LUIS NOGUEIRA – O Barco**

1.- A AD. VALDEORRAS coa colaboración da Delegación en O Barco da Federación Galega de Atletismo, organiza o **VENRES 8 de MAIO de 2.026** a **XORNADA A XOGADE VALDEORRAS** na Pista do atletismo LUIS NOGUEIRA de O Barco.

INSCRICIONS ATA AS 23:59 DO 4 DE MAIO LUNS

2.- Horario:

HORA	PROBA	CATEGORIA /SEXO	
17:00	4X60 m.l	Alevín	Mixto
17:15	4X50 m.l	Benxamín	Mixto
17:30	Lanzam de peso Salto de Altura Lanzamento de Peso (1 kg)	Alevín Mulleres/homes	
17:30	Lanzamento de Disco (800 grs)	Infantil Mulleres/Homes Benxamín Mulleres/Homes Infantil Mulleres/Homes	
17:40	60 m.l A	Alevín	Homes
17:45	60 m.l B	Alevín	Homes
17:50	60 m.l A	Alevín	Mulleres
17:55	60 m.l B	Alevín	Mulleres
18:00	lanzamento de xavelina (400/500) grs Salto de Lonxitude	Infantil Mulleres/Homes Alevín Homes	Mulleres/
18:10	50 m.l A	Benxamín	Homes
18:15	50 m.l B	Benxamín	Homes
18:20	50 m.l A	Benxamín	Mulleres
18:25	50 m.l B	Benxamín	Mulleres
18:30	80 m.l A	Infantil	Homes
18:35	80 m.l B	Infantil	Homes



18:35	Salto de Lonxitude	Benxamín Mulleres/Homes	
18:45	80 m.l A	Infantil	Mulleres
18:50 18:55	80 m.l B 80 m.l. C	Infantil Infantil	Mulleres Mulleres
19:00	1000 m.l	Infantil	Mulleres/Homes

Distancias: 12,50m. 80 m. Valdeorras e 8,20m. entre eles.

Limitacións nas carreiras de aproximación das probas de saltos:

Proba	Benxamín	Alevín	Infantil
Lonxitude	10 m.	15 m.	20 m.
Tesoira	5 m.	-	-
Altura	-	8 m.	10 m.

O sistema de puntuación nas probas de concursos de categoría benxamín será o seguinte:

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.
Pelota	≤10,99 m.	≥11 m.	≥14 m.	≥17 m.	≥20 m.
Tesoira	0,40 m.	0,60 m.	0,70 m.	0,80 m.	0,90 m.

As persoas participantes disporán de tres intentos en cada un dos concursos descritos no cadro anterior. Cada un dos intentos sumará puntos para o resultado final. No caso de realizar un intento nulo a puntuación será 0. Na clasificación final resultará vencedora a persoa que máis puntos consiga sumar entre os tres intentos.

Cadencias Salto de altura:

INFANTIL 0,95-1,00-1,05-1,10-1,15-1,20, 1,25 e de 3 en cm. CARREIRA MAXIMA10 M

Salto de lonxitude:

BENXAMIN Táboa 1 m

CARREIRA MAXIMA10 M. BENXAMIN



**Federación Galega de Atletismo
Delegación de Valdeorras**

Rúa Río Mariñan, s/n
32300 O Barco
Enderezo Electrónico: valdeorras@atletismo.gal
Sitio WEB: <https://atletismo.gal>



Recoñecida entidade de utilidade pública, Ley 71 de 2012 Xeral do Deporte de Galicia

ALEVIN Táboa 1-2 m **CARREIRA MAXIMA**15 M. **ALEVIN**

O DELEGADO TÉCNICO
PRESIDENTE A.D. VALDEORRAS
Agustín González Ruiz
(asinado no orixinal)

O DELEGADO DA F.G.A EN VALDEORRAS
Manuel Rodríguez Teijeiro
(asinado no orixinal)

En O Barco a 25 de Marzo de 2.026



CONCELLO
O BARCO DE VALDEORRAS
CONCELLARÍA DE DEPORTES