

XOGADE - ATLETISMO EN PISTA - OURENSE - 1ª XORNADA

28/03/2026 - HORARIO - PROGRAMA A

HORA	PROBA	CATEGORÍA	SEXO	ATLETAS
16:00	Lonxitude A	Alevín (S12)	Feminino	19
16:00	Lonxitude B	Alevín (S12)	Feminino	18
16:00	Peso	Alevín (S12)	Masculino	7
16:05	50 m.	Benxamín (S10)	Masculino	7
16:10	50 m.	Benxamín (S10)	Masculino	7
16:15	50 m.	Benxamín (S10)	Masculino	6
16:20	50 m.	Benxamín (S10)	Feminino	8
16:25	50 m.	Benxamín (S10)	Feminino	8
16:30	50 m.	Benxamín (S10)	Feminino	7
16:30	Disco	Infantil (S14)	Mixto	6 F + 1 M
16:40	60 m.	Alevín (S12)	Masculino	7
16:45	60 m.	Alevín (S12)	Masculino	7
16:50	60 m.	Alevín (S12)	Masculino	7
16:55	60 m.	Alevín (S12)	Masculino	6
17:00	60 m.	Alevín (S12)	Masculino	6
17:00	Lonxitude A	Alevín (S12)	Masculino	13
17:00	Lonxitude B	Alevín (S12)	Masculino	12
17:00	Xavelina	Infantil (S14)	Feminino	4
17:05	60 m.	Alevín (S12)	Feminino	8
17:10	60 m.	Alevín (S12)	Feminino	8
17:15	60 m.	Alevín (S12)	Feminino	8
17:20	60 m.	Alevín (S12)	Feminino	8
17:25	60 m.	Alevín (S12)	Feminino	8
17:30	60 m.	Alevín (S12)	Feminino	6
17:30	Xavelina	Infantil (S14)	Masculino	6
17:35	80 m.	Infantil (S14)	Masculino	5
17:40	80 m.	Infantil (S14)	Masculino	5
17:45	80 m.	Infantil (S14)	Feminino	8
17:50	80 m.	Infantil (S14)	Feminino	8
17:50	Lonxitude	Benxamín (S10)	Feminino	17
18:00	Altura	Infantil (S14)	Mixto	11 F + 5 M
18:00	Peso	Benxamín (S10)	Mixto	6 F + 1 M
18:05	1.000 m.	Infantil (S14)	Masculino	5
18:25	1.000 m.	Infantil (S14)	Feminino	12
18:30	Lonxitude	Benxamín (S10)	Masculino	18
18:30	Peso	Alevín (S12)	Feminino	6
18:40	4x50 m.	Benxamín (S10)	Mixto	7 E
18:50	4x60 m.	Alevín (S12)	Mixto	8 E



**Federación
Galega de
Atletismo**



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**

ALTURA

Cadencia: 0,95 - 1,00 - 1,05 - 1,10 - 1,15 - 1,20 - 1,25 e de 3 en 3 cm.

Limitación na carreira de aproximación: 10 m.

LONXITUDE

Táboa a 1 m.

Limitación na carreira de aproximación: Benxamín (S10) 10 m. e Alevín (S12) 15 m.

Sistema de puntuación en categoría Benxamín (S10):

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.