



Actualizada

**CIRCULAR 134-2026. ANEXO CIRCULAR 117-2026
XCIII CAMPIONATO XUNTA DE GALICIA ABSOLUTO MASCULINO
LIII CAMPIONATO XUNTA DE GALICIA ABSOLUTO FEMININO**

1. Horario definitivo.

SÁBADO - XORNADA DE MAÑÁ							
HORA	CARREIRAS		VERTICAIS		HORIZONTAIS	LANZAMENTOS	
10:00	5000 Marcha Fem	Final				Martelo Fem	
10:30			Altura Fem		Lonxitude Masc		
10:40	5000 Marcha Masc	Final					
11:10	5000 Fem	Final					
11:30						Martelo Masc	
11:33	100 Decatlón	Combinadas					
11:38	5000 Masc	Final					
11:40							Peso Masc
11:45				Pértega Masc			
12:00	1500 Masc	Final B					
12:07	1500 Masc	Final A			Lonxitude DEC		
12:14	1500 Fem	Final B					
12:21	1500 Fem	Final A					
12:31	110v Masc	*Control*					
12:36	100v Fem	*Control*					
12:42	100v Heptatlón	Combinadas			Lonxitude Fem		
12:50	100 Masc	Semifinal 1				Xavelina Fem	
12:55	100 Masc	Semifinal 2					
13:00	100 Masc	Semifinal 3					Peso DEC
13:05	100 Fem	Semifinal 1					
13:10	100 Fem	Semifinal 2					
13:15	100 Fem	Semifinal 3	Altura HEP				
13:20	400 Masc	Final C					
13:26	400 Masc	Final B					
13:32	400 Masc	Final A					
13:38	400 Fem	Final C					
13:44	400 Fem	Final B					
13:50	400 Fem	Final A					
14:05	110v Masc	Final					
14:15	100v Fem	Final					
14:25	100 Masc	Final					
14:30	100 Fem	Final					



*Nos 110v e 100v, non precisando semifinais, realizarase no seu lugar unha serie control para estes atletas (**confirmación en secretaría antes das 11:30**). A non participación nesta serie de control, non será impedimento de poder participar nas restantes probas.

SÁBADO – XORNADA DE TARDE

HORA	CARREIRAS		VERTICAIS		HORIZONTAIS	LANZAMENTOS	
17:30	200 Masc	Semifinal 1	Altura Masc			Xavelina Masc	
17:35	200 Masc	Semifinal 2			Triplo Fem		
17:40	200 Masc	Semifinal 3		Pértega Fem			Peso Fem
17:45	200 Fem	Semifinal 1					
17:50	200 Fem	Semifinal 2					
17:55	200 Fem	Semifinal 3					
18:08	400v Masc	Final B					
18:14	400v Masc	Final A					
18:29	400v Fem	Final B					
18:35	400v Fem	Final A					
18:48	800 Masc	Final B					
18:55	800 Masc	Final A				Disco Fem	
19:00							Peso HEP
19:02	800 Fem	Final B					
19:09	800 Fem	Final A					
19:15					Triplo Masc		
19:17	200 Masc	Final					
19:23	200 Fem	Final					
19:30			Altura DEC				
19:33	3000 Obs Masc	Final					
19:51	3000 Obs Fem	Final					
20:11	200 Heptatlón	Combinadas					
20:20						Disco Masc	
20:24	4x100 Masc	Final B					
20:32	4x100 Masc	Final A					
20:40	4x100 Fem	Final B					
20:48	4x100 Fem	Final A					
20:54	400 Decatlón	Combinadas					
21:02	4x400 Masc	Final B					
21:12	4x400 Masc	Final A					
21:22	4x400 Fem	Final					

DOMINGO – XORNADA DE MAÑÁ

DECATLÓN	HORA	HEPTATLÓN
110v	10:00	
Disco	10:35	Lonxitude
Pértega	11:25	
	11:35	Xavelina



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



	12:35	800
Xavelina	13:05	
1500	13:50	

2. Sistema de cualificación para as finais.

100	2 Q + 2 mellores tempos (q)
200	2 Q + 2 mellores tempos (q)

3. Cadencias nos saltos verticais.

Altura FEM	1.46 – 1.51 – 1.55 de 3 en 3 ata 1.64 de 2 en 2 cm.
Altura MASC	1.60 – 1.66 – 1.71 de 4 en 4 ata 1.83 de 3 en 3 ata 1.98 de 2 en 2 cm.
Pértega FEM	2.65 – 2.80 – 2.95 – 3.10 de 10 en 10 ata 3.50 de 5 en 5 cm.
Pértega MASC	3.30 de 15 en 15 ata 4.05 de 10 en 10 cm ata 4.55 de 5 en 5 cm.

A Coruña, a 16 de xuño do 2026