



CIRCULAR 140-2026. ANEXO CIRCULAR 128-2026 XXXVIII CAMPIONATO XUNTA DE GALICIA SUB 20 XXXVI CAMPIONATO XUNTA DE GALICIA SUB 23

1. Cadencias nos saltos verticais.

Altura FEM	1.35 - 1.40 - 1.45 - 1.49 - 1.52 e de 3 en 3 cm.
Altura MASC	1.60 - 1.65 - 1.70 - 1.74 - 1.77 e de 3 en 3 cm.
Pértega	2.75 - 2.94* - 3.10 - 3.25 - 3.40 - 3.55 e de 10 en 10 cm.

*Altura mínima homes

2. Sistema de cualificación para as finais.

100	3Q + 2 mellores tempos (q)
------------	----------------------------

3. Horario definitivo.

*Nos 100v, 110v e 100 S23 mulleres, non sendo precisa semifinal, realizarase no seu lugar unha serie control para estes atletas (**confirmación en secretaría antes das 11:00**). A non participación nesta serie de control, non será impedimento de poder participar nas restantes probas.

SÁBADO - XORNADA DE MAÑÁ						
HORA	CARREIRAS		HORIZONTALAIS	VERTICAIS		LANZAMENTOS
10:10	5000 H-M	Final				Disco M
10:25				Pértega H-M	Altura H	
10:35	3000 Homes	Final				
10:47	3000 Mulleres	Final				
11:05	100 Homes S20	Semifinal 1				
11:10	100 Homes S20	Semifinal 2				Disco H
11:15	100 Homes S23	Semifinal 1				
11:20	100 Homes S23	Semifinal 2				
11:25	100 Mulleres S20	Semifinal 1				
11:30	100 Mulleres S20	Semifinal 2				
11:35	100 Mulleres S23	Control				
11:40	1500 Homes	Finais				
11:50	1500 Mulleres	Finais				
12:05	110v Homes (1,00 e 1,067)	Control				
12:15						Martelo M
12:17	100v Mulleres (0,84)	Control + FC				
12:20			Tripló H			
12:29	400 Homes S20	Final				
12:35	400 Homes S23	Final B			Altura M	
12:41	400 Homes S23	Final A				
12:47	400 Mulleres S20	Final				
12:53	400 Mulleres	FC				
13:00			Tripló M			
13:01	100 Homes S20	Final				
13:07	100 Homes S23	Final				
13:13	100 Mulleres S20	Final				
13:15						Martelo H
13:19	100 Mulleres S23	Final				
13:33	110v Homes (1,00 e 1,067)	Finais				
13:45	100v Mulleres (0,84) S20	Final				
13:51	100v Mulleres (0,84) S23	Final				



**Federación
Galega de
Atletismo**



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



**DEPORTE
GALEGO**

- Decatlón
- Individuais

SÁBADO - XORNADA DE TARDE						
HORA	CARREIRAS		HORIZONTAIS	VERTICAIS	LANZAMENTOS	
16:30	100 DEC	Combinadas				Xavelina M
16:40					Peso H	
16:45						
17:00	400 mv Homes	Finais	Lonxitude DEC			
17:05						
17:20	400 mv Mulleres	Finais				
17:35	800 Homes S20	Final				
17:43	800 Homes S23	Final				
17:45					Peso DEC	
17:50			Lonxitude H			Xavelina H
17:51	800 Mulleres S20	Final				
17:59	800 Mulleres S23	Final				
18:07	200 Homes S20	Final B				
18:12	200 Homes S20	Final A				
18:17	200 Homes S23	Final C				
18:20					Peso M	
18:22	200 Homes S23	Final B				
18:27	200 Homes S23	Final A				
18:32	200 Mulleres S20	Final B				
18:37	200 Mulleres S20	Final A				
18:42	200 Mulleres S23	Final				
18:54	3000 Obst. Homes	Finais				
19:00				Altura DEC		
19:10			Lonxitude M			
19:11	3000 Obst. Mulleres	Finais				
19:30	4x100 Homes	Finais				
19:38	4x100 Mulleres	Finais				
20:05	400 DEC	Combinadas				

DOMINGO	
HORA	DECATLON
10:00	110v
10:30	Disco
11:25	Pértega
13:00	Xavelina
13:45	1500

A Coruña, a 25 de xuño do 2026

Yolanda González Fernández
Secretaria Xeral da Comisión Xestora da Federación Galega de Atletismo