



## FEDERACION GALEGA DE ATLETISMO

Delegación de Ferrol  
Apartado de Correos 407  
15080- FERROL  
Teléfono/Fax:981-370600  
Correo electrónico :fgaferrol@gmail.com



### CIRCUITO FERROLANO PISTA AIRE LIBRE

3ª XORNADA

PISTAS DE A MALATA, FERROL

01 de Maio do 2015

A Delegación en Ferrol da Federación Galega de Atletismo en colaboración co Conxexalia de Deportes de Ferrol organiza a 1ª Xornada o vindeiro 18 de abril do II Circuito Ferrolano Pista Aire Libre nas pistas de A Malata . Baixo o control técnico do Comité Galego de Xuices.

### REGULAMENTO

Art. 1. Poderán participar todos atletas que o desexen e se atopen en calquera das seguintes condicións:

- Atletas que ficharan ao longo da tempada actual (2014/15) por algún Club pertencentes a Comunidade Galega.
- Atletas con ficha pola Federación Galega de Atletismo aínda que pertencen a clubs doutras Comunidades Autónomas.
- Atletas non galegos ou estranxeiros convidados expresamente pola Federación Galega de Atletismo, que non reúnan ningunha das dúas anteriores condicións
- Atletas de categoría **cadete ata veterans**.

Art. 2. As inscricións faránse a través do sistema online da web da RFEA (<https://isis.rfea.es/sirfea2/>) ata as **23:00 horas do martes** anterior a celebración das probas.

Art. 3. Nas probas de velocidade indicárase a **mellor marca da tempada**. As series realizaranse agrupando os atletas por marcas, aqueles atletas que non indiquen mellor marca serán incluídos aleatoriamente no resto das series.

Art. 4. A táboa en todas as probas de lonxitude estará situada a 3 m.

Art. 5. Cada atleta retirará o seu dorsal na secretaría da competición ata 60 minutos antes da saída de cada proba. Pasado este período non se admitirá a participación do atleta.

Os artefactos para homologar recolleranse ata 60 minutos antes do inicio da proba.

Art. 6. Os atletas deberán empregar o dorsal outorgado pola organización de forma totalmente visible, en toda a superficie. O incumprimento desta norma será motivo de descalificación. Será responsabilidade dos atletas levar consigo 4 imperdibles para a colocación do dorsal, a organización non facilitará imperdibles.



# FEDERACION GALEGA DE ATLETISMO

Delegación de Ferrol  
Apartado de Correos 407  
15080- FERROL  
Teléfono/Fax:981-370600  
Correo electrónico :fgaferrol@gmail.com



Art. 7. O horario é o seguinte:

| PROBA              | SEXO | HORA  | PROBA             | SEXO |
|--------------------|------|-------|-------------------|------|
| 80 mv              | M    | 10:30 | Triple*           | F    |
|                    |      |       | Altura Bn/Alv/Inf | M    |
| 80 mv              | F    | 10:40 |                   |      |
| 50 ml              | M    | 10:50 |                   |      |
| 50 ml              | F    | 11:05 |                   |      |
| 60 ml              | M    | 11:20 |                   |      |
| 60 ml              | F    | 11:35 |                   |      |
| 80ml               | M    | 11:50 |                   |      |
| 80 ml              | F    | 12:05 | Altura Bn/Alv/Inf | F    |
|                    |      |       | Triple**          | M    |
| 100 ml             | M    | 12:20 |                   |      |
| 100 ml             | F    | 12:40 |                   |      |
| 300 mv             | F    | 13:00 |                   |      |
| 400 ml             | M    | 13:05 |                   |      |
| 400 ml             | F    | 13:15 |                   |      |
| 600 ml             | M    | 13:25 | Pértiga Inf/Cd    | M/F  |
| 600 ml             | F    | 13:30 |                   |      |
| 1000 ml Bn/Alv/Inf | M    | 13:40 |                   |      |
| 1000 ml Bn/Alv/Inf | F    | 13:50 |                   |      |
| 1000 ml Cd         | M    | 14:00 |                   |      |
| 200 ml             | M    | 14:05 |                   |      |
| 200 ml             | F    | 14:15 |                   |      |

\*Tabla de 7 mts (Pueden participar los atletas Inf.)

\*\*Tabla de 8 mts (Pueden participar los atletas Inf.)

Cadencias Altura:

|           |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |     |
|-----------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|-----|
| Femenina  | 0.80 | 0.85 | 0.90 | 0.95 | 1.00 | 1.05 | 1.10 | 1.13 | 1.15 | 1.18 | 1.21 | 1.24 | 1.27 | 1.30 | 2/2 |
| Masculina | 0.80 | 0.85 | 0.90 | 0.95 | 1.00 | 1.05 | 1.10 | 1.13 | 1.15 | 1.18 | 1.21 | 1.24 | 1.27 | 1.30 | 2/2 |
| Pértiga   |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |     |
| M/F       | 1.80 | 1.90 | 2.00 | 2.10 | 5/5  |      |      |      |      |      |      |      |      |      |     |

FDO. (O Orixinal )  
DIRECTOR TECNICO