



Federación Galega de Atletismo
Delegación Valdeorresa de Atletismo

Estadio Municipal de Calabagueiros. C/ Río Mariñán S/N
 Teléfono: 988320789 - Fax: 988320789.
 Correo: atletismo.valdeorras@yahoo.es
 Páxina Web: <http://www.fgatletismo.es/valdeorras/>
 32300 - O Barco de Valdeorras -



IIIª XORNADA PREVIA DE ATLETISMO EN PISTA “XOGADE”
30 de Abril de 2016–“Estadio Municipal de Calabagueiros” – O Barco –

Organiza: Delegación Valdeorresa de Atletismo da F.G.A.

Patrocina: Servizo Provincial de Deportes da Xunta de Galicia.

Control: Comité Valdeorrés de Xuices da F.G.A.

Cronometraxe: Eléctrica FinishLynx

HORARIO

3 Km. marcha	Infantil	H-M	16.30	Altura	Infantil	H-M
2 Km. marcha	Alevín	H-M	17.00			
1 Km. marcha	Benxamín	H-M	17.20			
80 m.v	Infantil	Mulleres	17.30	Martelo 3kg.	Infantil	H-M
				Loxitude	Benxamín-alevín	H-M
80 m.v	Infantil	Homes	17.40			
50 m.l	Benxamín	Mulleres	17.50	Altura	Benx.-Alv.-Inf.	H-M
50 m.l	Benxamín	Homes	18.00			
60 m.l	Alevín	Mulleres	18.10			
60 m.l	Alevín	Homes	18.20	Disco 800gr.	Infantil	H-M
80 m.l	Infantil	Mulleres	18.30			
80 m.l	Infantil	Homes	18.40			
220 m.v	Infantil	Mulleres	18.50			
220 m.v	Infantil	Homes	19.00			
500 m.l	Benxamín	Mulleres	19.05	Xavelina 400gr./500gr.	Alevín-Infantil	H-M
500 m.l.	Benxamín	Homes	19.15	Lonxitude	Infantil	H-M
500 m.l.	Alevín	Mulleres	19.20			
500 m.l.	Alevín	Homes	19.25	Peso 2Kg.	Benxamín-Alevín	H-M
				Peso 3Kg	Infantil	H-M
500 m.l	Infantil	Mulleres	19.30			
500 m.l	Infantil	Homes	19.35			
			19.50	Pelota 200 gr.	Benxamín	H-M



Federación Galega de Atletismo
Delegación Valdeorresa de Atletismo

Estadio Municipal de Calabagueiros. C/ Río Mariñán S/N
Teléfono: 988320789 - Fax: 988320789.
Correo: atletismo.valdeorras@yahoo.es
Páxina Web: <http://www.fgatletismo.es/valdeorras/>
32300 - O Barco de Valdeorras -



Cadencia Altura (Benx.-Alev.): 0,88-0,93-0,98-1,03-1,06 e de 3 en 3cm.

Cadencia Altura (Infantil): 1,00-1,05-1,10-1,15-1,18-1,21 e de 3 en 3cm.

Lonxitude Benx-Alev: Tabla a 1 e 2 m.

Lonxitude Infantil: Tabla a 1 e 3 m.

Concursos: Os atletas disporán de tres intentos.

Participantes: Atletas con licencia xogade en vigor para a tempada 2015-2016.

Inscripcións: Na Web da RFEA <https://isis.rfea.es/sirfea2/> , **ata as 23:00 horas do martes 26 de abril.**

Os atletas deberán aportar na inscrición a súa millor marca na proba na que participen para facilitar a confección das series e deberán cumprir co requisito da mínima de participación si a proba o require.

A Retirada de dorsais efectuarase por equipos, entregándose os dorsais a unha persoa representante de cada equipo, que deberá informar a Secretaría de Competición das baixas producidas na inscrición dos atletas do seu equipo para facilitar a confección das series e concursos.

Normativa: Libro de Normas Técnicas do programa Xogade ou no seu defecto a normativa RFEA ou IAAF.

VºBº

O DELEGADO TÉCNICO

Agustín Gonzalez Ruiz

(asinado no orixinal)

O DELEGADO DA F.G.A

EN VALDEORRAS

Manuel Rodriguez Teijeiro

(asinado orixinal)