



IX TROFEO RIAZOR CORUÑA

ELVIÑA 11 DE JUNIO 2010

HORARIO:

17:00			LONGITUD	ALEV-BENJ	MUJER
17:40			LONGITUD	ALV-BENJ	HOMBRES
17:50					
18:00	800 M.L	HOMBRES			
18:08	800 ML	MUJERES			
18:15	100 MV CD	HOMBRES	LONGITUD	INFANTIL	H-M
18:28	110 MV	HOMBRES	JV,JN,PR,SN		
18:38	400	MUJERES			
18:43	400	HOMBRES			
18:53	300	MUJERES			
19:05	50 MV INF*	H-M	LONGITUD	HOMBRES	CD A SN
19:20	50 MVALE*	H-M			
19:33	50 MV BENJ*	H-M			
19:45	100	HOMBRES	TRIPLE	MUJERES	8--10
20:00	100	MUJERES			
20:05	1000	MUJERES	(95-96-97-98-99-00)		
20:15	1000	HOMBRES	(95-96-97-98-99-00)		
20:25	200	HOMBRES	LONGITUD	MUJERES	CD A SN
20:40	200	MUJERES			
20:45	3000	HOMBRES			
21:00	400 MV	HOMBRES			
21:10	300 MV	HOMBRES			
21:15	300 MV	MUJERES			
21:20	4x400	HOMBRES	fuera de trofeo		

Tablas longitud a un metro en alev-ben-inf, resto tabla a 3, tablas triple 8 y 10.

Inscripciones en archivo Excel (6 columnas: nombre y apellidos, año, sexo, licencia, club , prueba) hasta el jueves a las 14:00 al correo riazoratletismo@yahoo.es o al fax de la FGA 981292056

El día de la competición se admitirán un máximo de 6 inscripciones por club.

*Vallas de promoción:

Infantiles 10,50-7,50- altura máxima 0,66

Alevines y benjamines: 10,50-7,00 altura máxima 0,30

Podrán tomar parte atletas prebenjamines de los clubs de la delegación de A Coruña.

TROFEO PARA EL GANADOR DE CADA CATEGORIA Y MEDALLA AL SEGUNDO Y TERCERO