



**CIRCULAR 59-2019. ANEXO CIRCULARES 51 E 52/2019**  
**CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBS SUB 16 E SUB 20.**  
**HORARIO DE COMPETICIÓN, CADENCIAS, SORTEO DE RÚAS,**  
**HORARIO DE HOMOLOGACIÓN E REUNIÓN TÉCNICA.**

- A todas as delegacións da FGA.
- A todos/as os/as asembleístas
- A todos os clubs galegos con licenza vixente
- A todos/as os/as adestradores/as con licenza vixente
- A todos/as os/as xuíces/zas galegos/as con licenza vixente

A Federación Galega de Atletismo organiza o domingo 5 de maio en Ferrol, nas pistas de A Malata o Campionato de Galicia de Clubs Sub16 e Sub 20 de pista ao aire libre.

**CADENCIAS**

**Altura mulleres:**

-5cm/1.30/1.33/1.36/1.39/1.42/1.45/1.48/1.51/1.54/1.57 + 2cm

**Altura Homes:**

-5cm/1.58/1.62/1.66/1.70/1.74/1.77/1.80/1.83/1.86/1.89/1.92 +2cm

**Pértega Mulleres:**

-15cm/2.85/2.95/3.05/3.15/3.25 +10cm

**Pértega Homes:**

-15cm/3.50m/3.60m/3.70m/3.80m/3.90/4.00m/4.05m + 5cm

**SORTEO DE RÚAS**

O sorteo de rúas será automático coa metade dos/as atletas en cada unha das series.

**HORARIO HOMOLOGACIÓN ARTEFACTOS**

Ata 1h antes do inicio da proba

**REUNIÓN TÉCNICA**

Convocase a todos/as os/as delegados/as dos clubs participantes á reunión técnica as 9.30 na zona de secretaría.

A Coruña, a 2 de maio de 2019



Carlos Castro Vicente  
Secretario Xeral da Federación Galega de Atletismo



**Federación  
Galega de  
Atletismo**



**CIRCULAR**

Complexo Deportivo de Elviña, Avenida de Glasgow, 13  
15008 A Coruña. - T. +34 981 291 683 - federacion@atletismo.gal  
atletismo.gal - carreirasgalegas.com



<b>HORARIO DO CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBS Sub16-Sub20</b>				
<b>XORNADA DE MAÑÁ</b>				
3000 marcha	SUB16/SUB20 H	10.15	Martelo 3-4 Kg	MULLERES
		10.30	Triplo	HOMES
3 000 marcha	SUB16/SUB20 M	10.35		
3.000	HOMES	11.00		
3.000	MULLERES	11.10		
		11.15	Altura	MULLERES
			Pértega	HOMES
400 valos 0,914	HOMES	11.30		
300 valos 0,84	HOMES	11.40	Martelo 6-4 kg	HOMES
			Peso 3-4 kg	MULLERES
300 valos 0,762	MULLERES	11.50		
400 valos 0,762	MULLERES	12.00		
1.000	HOMES	12.10	Triplo	MULLERES
1.000	MULLERES	12.18		
100	HOMES SUB20	12.25		
100	MULLERES SUB20	12.35		
100	HOMES SUB16	12.45		
100	MULLERES SUB16	12.55	Disco 1kg-800 gr	MULLERES
			Peso 6-4 kg	HOMES
400	HOMES	13.05		
400	MULLERES	13.15		
300	HOMES	13.25		
300	MULLERES	13.35		
4 X 100	HOMES	13.45		
4 X 100	MULLERES	13.55		
<b>XORNADA DE TARDE</b>				
800	HOMES	16.30	Disco 1.750-1 kg	HOMES
800	MULLERES	16.40		
600	HOMES	16.50	Lonxitude	MULLERES
600	MULLERES	17.00	Pértega	MULLERES
			Altura	HOMES
110 valos 0,990	HOMES SUB20	17.10		
100 valos 0,914	HOMES SUB16	17.25		
100 valos 0,84	MULLERES SUB16	17.40		
100 valos 0,762	MULLERES SUB16	17.55		
1.500	HOMES	18.05	Xavelina 600-500 gr	MULLERES
1.500	MULLERES	18.12		
		18.15	Lonxitude	HOMES
200	HOMES	18.20		
200	MULLERES	18.30		
2.000 Obs. 0,914	HOMES	18.45		
2.000 Obs. 0,762	MULLERES	18.55		
1.500 Obs. 0,762	HOMES	19.10		
1.500 Obs. 0,762	MULLERES	19.20	Xavelina 800-600 gr	HOMES
4 x 300	HOMES	19.30		
4 x 300	MULLERES	19.40		
4 x 400	HOMES	19.55		
4 x 400	MULLERES	20.10		

