



## **CIRCULAR 61-2021. ANEXO CIRCULAR 54-2021 XXXIV CAMPIONATO XUNTA DE GALICIA MÁSTER EN PISTA AO AIRE LIBRE**

- 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

**Art.1).-** A Delegación da F.G.A. en Pontevedra co patrocinio do Concello de Pontevedra organizará, por designación da Xunta Directiva deste organismo, o Campionato Xunta de Galicia de Máster de Aire Libre o día 29 de maio de 2021.

<b>CAMPIONATO XUNTA DE GALICIA MÁSTER – XORNADA DE MAÑÁ</b>				
<b>HORA</b>	<b>CARREIRA</b>	<b>LANZ. LONGOS</b>	<b>PESO</b>	<b>SALTOS VERTICAIS</b>
9:45	5000 Marcha Homes	Disco H 2kg		
10:25	5000 Marcha Mulleres			
10:45		Disco H 1,5 kg		
11:10	400 MV Homes			
11:20	300 MV Homes		Peso Homes 45	Altura Mulleres
11:30	5000 Homes			
11:50	5000 Homes	Disco H-M 1 kg		Altura Homes
12:10	5000 Homes		Peso Homes 40, 50,55	
12:32	5000 Homes			
12:45		Xavelina 800 H		
12:55	5000 Homes		Peso Mulleres e Homes 60,65	
13:20	5000 H-M			Pértega Homes
13:45	5000 H-M	Xavelina 700, 500 H		
14:10	800 Homes			
14:16	800 Homes			
14:22	800 Homes			
14:28	800 Homes			
14:34	800 H-M			
14:40	800 Mulleres	Xavelina Mulleres		
14:46	800 Mulleres			
14:52	1500 Homes			
14:59	1500 Homes			
15:06	1500 Homes			
15:13	1500 Homes			
15:20	1500 Mulleres			
15:27	1500 Mulleres			



<b>CAMPIONATO XUNTA DE GALICIA MÁSTER – XORNADA DE TARDE</b>			
<b>HORA</b>	<b>CARREIRA</b>	<b>LANZ. LONGOS</b>	<b>SALTOS HORIZONTAIS</b>
17:30	110 MV		
17:35		Martelo Homes 6, 7,260 Kg	Lonxitude Homes 35-45
17:40	100 MV		
17:50	100 Homes		
17:55	100 Homes		
18:00	100 Homes		
18:05	100 Homes		
18:10	100 Mulleres		
18:15	100 Mulleres		
18:20	100 Mulleres		
18:25	100 Mulleres		Lonxitude Homes 50 e Sup
18:30	100 Mulleres		
18:35	100 Mulleres	Martelo Mulleres - Homes 4, 5 kg	
18:42	400 Homes		
18:49	400 Homes		
18:56	400 Homes		
19:03	400 Homes		
19:10	400 Homes		
19:17	400 Mulleres		
19:24	400 Mulleres		Lonxitude Mulleres
19:31	400 Mulleres	Martelo Pesado Homes 11 - 15 kg	
19:39	3000 Obs Homes		
19:54	3000 Obs Homes		
20:10	2000 Obs Mulleres*		
20:20	200 Homes		Triplo Homes
20:26	200 Homes	Martelo Pesado Mulleres e Homes 9 - 7 kg	
20:32	200 Homes		
20:38	200 Homes		
20:44	200 Homes		
20:50	200 Mulleres		
20:56	200 Mulleres		
21:02	200 Mulleres		Triplo Mulleres
21:08	200 Mulleres		

\*Proba Control FGA

### CADENCIAS

**Cadencias Altura Homes:** 1,00-1,06-1,12-1,18-1,24-1,30,1,36-1,42-1,50-1,56-4/4

**Cadencias Altura Mulleres:** 0,90-1,00-1,05-5/5

**Cadencia Pértega Homes:** 1,80-2,00-2,20-2,40-2,60-2,80- 2,91-3,02-3,13 10/10

### TÁBOAS

Táboa de triplo Mulleres: Dúas táboas a petición das atletas.

Táboa de triplo Homes: 11 - 9 - 8

**Participación:** 4 intentos en todos os concursos excepto altura e pértega



## **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>Cámara de chamadas</b>	<b>tempo de saída a pista antes da proba</b>
Carreiras lisas	7
Carreiras con valos ou obs	9
Concursos agás pértega	18
Pértega	25

O aforo será controlado e limitado. Establecerase para elo a petición de cita previa na páxina web de atletismo.gal, para os/as adestradores/as e delegados/responsables dos clubs participantes, una vez sexa publicada a relación definitiva de atletas admitidos.

Todos/as os/as participantes deberán cumprir o protocolo COVID-19 establecido pola FGA, así coma as indicacións do Responsable COVID-19 da FGA.

A Coruña, a 27 de maio de 2021

Carlos Castro Vicente  
**Secretario Xeral da Federación Galega de Atletismo**