



CIRCULAR 66-2021. ANEXO CIRCULAR 59-2021 **HORARIOS E CADENCIAS DOS CAMPIONATOS SUB 14 DE** **CLUBS, COMBINADAS E SUB 23.**

- 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 Delegación da F.G.A. no Baco de Valdeorras co patrocinio do Concello do Barco de Valdeorras e o club ADAS organizará, por designación da Xunta Directiva deste organismo, o Campionato Xunta de Galicia Sub 23 Aire Libre e o Campionato Xunta de Galicia Combinadas Absoluto e Sub 23 os días 5 e 6 de xuño, e Campionato de Galicia de clubs Sub 14 Trofeo Abanca

Participación:

Homologación ata unha hora antes da súa proba.

Cto, Sub 14 Clubs

Os/as atletas disporán de tres intentos nos concursos agás nos saltos verticais
O de marcha deberán levar un dorsal por diante e outro por detrás

Cto. Sub 23

Haberá mellora nos concursos

Acceso:

Sub 14

O aforo será controlado e limitado.

Cada equipo poderá acreditar ata un máximo de 3 persoas responsables do club. A invitación seralle enviada a cada club dende a secretaría

Cominadas e Sub 23

Cada club poderá acreditar a un adestrador/responsable por club, o aforo será controlado e limitado.

Establecerase para elo a petición de cita previa na páxina web de atletismo.gal (só para o Campionato Sub 23), para os/as adestradores/as e delegados/responsables dos clubs participantes, una vez sexa publicada a relación definitiva de atletas admitidos

CAMPIONATO PROBAS COMBINADAS E SUB 23 - XORNADA DE TARDE 05/06/2021	
HORA	PROBA
18:00	100 ml Deca
18:30	Lonxitude Deca
19:15	Peso Deca
19:30	5000 Sub 23 H-M
20:00	Altura Deca
20:50	400 ml



CAMPIONATO PROBAS COMBINADAS E SUB 23 - XORNADA DE MAÑÁ 06/06/2021						
HORA	CARREIRA	FOSO	LANZ. LONGOS	ALTURA	PÉRTEGA	PESO
9:55	110mv					
10:10	80 mv		Martelo Sub 23 H-M			
10:18	80 mv				Sub 14	
10:25	80 mv					
10:35	2000 marcha					
10:40			Disco Decathlon			
10:50	2000 marcha					
11:05	500					
11:11	500	Lonx. Sub 14				
11:17	500		Disco Sub 14	Sub 23 H		
11:24	150					
11:30	150					
11:36	150					
11:42	1000					
11:49	1000					
11:56	2000			Sub 14		
12:06	2000					
12:16	80 ml					
12:22	80 ml		Martelo Sub 14			
12:28	80 ml	Triplo Sub 14				
12:35	1000 Obs					
12:43	1000 Obs				Decathlon	
12:55	3000 Obs H					
13:15	220 mv					Sub 14
13:21	220 mv					
13:27	220 mv		Xavelina Sub 14			
13:35	400 mv Mulleres					
13:45	400 mv Homes					
13:55	1500 Homes					
14:02	1500 Mulleres	Triplo Sub 23H-M				
14:09	100 Homes					
14:15	100 Mulleres					
14:22	400 Homes					
14:29	400 Mulleres					
14:40			Xavelina Decath			
15:20	1500					
15:25			Xavelina sub 23 H-M			



CAMPIONATO PROBAS COMBINADAS E SUB 23 - XORNADA DE TARDE 06/06/2021

HORA	CARREIRA	FOSO	LANZ. LONGOS	ALTURA	PÉRTEGA	PESO
16:30	110 mv Homes	Lonx. Sub 14		Sub 23 M	Sub 14	
16:38	100 mv Mulleres					
16:49	80 mv		Disco Sub 14			
16:56	80 mv					
17:03	2000 marcha					
17:18	2000 marcha					
17:33	500					
17:39	500	Triplo Sub 14				
17:53	150					Sub 23 H-M
17:59	150		Martelo Sub 14			
18:05	1000			Sub 14		
18:12	1000					
18:20	2000					
18:31	2000					
18:42	80					Sub 14
18:50	80	Lonx. Sub 23 H-M			Sub 23 H-M	
19:00	1000 obs					
19:10	1000 obs		Xavelina Sub 14			
19:18	220 mv					
19:26	220 mv					
19:39	800 Homes					
19:46	800 Mulleres					
19:54	200 Homes					
20:02	200 Mulleres					
20:10			Disco Sub 23 H-M			

As probas de marcha Sub 23 realizaranse conxuntamente co Campionato Xunta de Galicia Absoluto.

Sub 23

Cadencias

Altura Homes: 1,58- 1,63- 1,68- 1, 72-1,76, 1,80- 1,84 3/3

Altura mulleres: 1,31-1,36-1,41-1,45 3/3

Pértega homes: 3,00-3,20-3,40-3,60 10/10

Pértega mulleres: 2,20-2,40-2,60- 2,75-2,90 10/10

Táboas de Triplo

Homes: 11-13

Mulleres: 9-10

SUB 14

Alturas dos listóns

Altura mulleres: (-20) 1,00-1,11-1,21-1,28-1,34-1,39-1,44-1,48-1,52 3/3

Altura homes: (-20) 1,00-1,11-1,21-1,28-1,34-1,39-1,44-1,49-1,54-1,58 3/3

Pértega Homes e Mulleres: (-20) 1,60-1,80-2,00-2,19-2,31 10/10



CIRCULAR

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



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, 3 de xuño de 2021

Carlos Castro Vicente
Secretario Xeral da Federación Galega de Atletismo