



CIRCULAR 85- 2019 ANEXO CIRCULAR 82-2019 **HORARIOS, CEDENCIAS E TÁBOAS DO LXXXVI CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO MASCULINO E DO LII CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO FEMININO 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

O día 20 de xullo de 2019 celébrase o LXXXVI Campionato de Galicia Absoluto Masculino e o LII Campionato de Galicia Absoluto Feminino, nas Pistas do CTGD de Pontevedra.

CADENCIAS

- **Altura feminina:** 1,43 – 1,48 – 1,52 – 1,55 – 1,58 – 1,61 e de 2 en 2.
- **Altura masculina:** 1,54-1,65 – 1,71 – 1,76 – 1,80 – 1,83 – 1,86 – 1,88 e de 2 en 2.
- **Pértega feminina:** 2,32-2,52 – 2,67 – 2,82 – 2,92 – 3,02 – 3,12 e de 5 en 5.
- **Pértega masculina:** 3,52 – 3,72 – 3,92 – 4,07 – 4,22 – 4,32 e de 5 en 5.

TÁBOAS

- Táboas de triplo: mulleres 9 e 11 homes 10 e 11

SAÍDA A PISTA TRAS A PRESENTACIÓN EN CÁMARA DE CHAMADAS

Carreiras: 10min antes da hora oficial da proba

Carreiras valadas: 15min antes da hora oficial da proba

Concursos (agás pértega): 30min antes da hora oficial da proba

Pértega: 45min antes da hora oficial da proba

* Entrada en cámara de chamadas, ata cinco minutos antes da saída oficial á pista.

* Os/As atletas terán a obrigaón de saír á zona de competición coa camiseta posta. Non poderán saír coa camiseta na man ou gardada. Nas carreiras sairán xa preparados para a súa proba, deixando a as súas pertenzas na cámara de chamadas.

Presentación de artefactos para a súa homologación ata una hora e media antes da proba.



CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO						
XORNADA DE MAÑÁ						
5.000 Marcha	HOMES	FINAL	10.10			
			10.30	Martelo 4kg	MULLERES	FINAL
5.000 Marcha	MULLERES	FINAL	10:40	Pértega	MULLERES	FINAL
			11:00	Altura	HOMES	FINAL
5000	HOMES	FINAL	11.20			
5000	MULLERES	FINAL	11:45	Disco	MULLERES	FINAL
				Peso	HOMES	FINAL
200	MULLERES	SEMIFINAL	12.15			
200	HOMES	SEMIFINAL	12.25			
800	MULLERES	FINAL	12:40			
800	HOMES	FINAL	12:50	Disco	HOMES	FINAL
				Peso	MULLERES	FINAL
				Lonxitude	HOMES	FINAL
400mv	HOMES	FINAL	13:10			
400mv	MULLERES	FINAL	13:25			
100	MULLERES	SEMIFINAL	13.35			
100	HOMES	SEMIFINAL	13.50			
XORNADA DE TARDE						
			17:30	Martelo 7,260 kg	HOMES	FINAL
				Triplo	HOMES	FINAL
100v	MULLERES	SEMIFINAL	17:45			
100	MULLERES	FINAL	18:00			
100	HOMES	FINAL	18:10	Pértega	HOMES	FINAL
400	MULLERES	FINAL	18:20	Altura	MULLERES	FINAL
400	HOMES	FINAL	18:35	Triplo	MULLERES	FINAL
1.500	MULLERES	FINAL	18:50	Xavelina 600 gr	MULLERES	FINAL
1.500	HOMES	FINAL	19:00			
200	MULLERES	FINAL	19:10			
200	HOMES	FINAL	19:20			
110v	HOMES	FINAL	19:35	Lonxitude	MULLERES	FINAL
100v	MULLERES	FINAL	19:45			
3000 obs	HOMES	FINAL	20:00	Xavelina 800 gr	HOMES	FINAL
3000 obs	MULLERES	FINAL	20:15			
4x100	MULLERES	FINAL	20:35			
4X100	HOMES	FINAL	20:45			
4X400	MULLERES	FINAL	20:55			
4X400	HOMES	FINAL	21:05			

A Coruña, 18 de xullo de 2019



Carlos Castro Vicente
Secretario Xeral Federación Galega de Atletismo