



HORARIO DEFINITIVO IV CONTROL PISTA AL PROG.A
09-03-24 LA MANZANILLA

HOMBRES	HORA	MUJERES
110 MV Sen-Sub23 (1,067) (13,72 – 9,14 – 14,02) TRIPLE SALTO (Sub-16 hasta Máster)	16:00	DISCO (Sub-16 hasta Máster)
110 MV Sub-20 (1,00) (13,72 – 9,14 – 14,02)	16:05	
110 MV M35-M40 y M45 (1,00) (13,72 – 9,14 – 14,02)	16:10	
110 MV Sub-18 (0,91) (13,72 – 9,14 – 14,02)	16:15	
100 MV M50 y M55 (0,91) (13,00 – 8,50 – 10,50)	16:25	
	16:35	100 MV Sub20-Sub23 y Sen (0,84) (1) (13,00 – 8,50 – 10,50)
	16:45	100 MV Sub16-Sub18 (0,76) (14) (13,00 – 8,50 – 10,50)
	17:05	80 MV F40 y F45 (0,76) (2) (12,00 – 8,00 – 12,00)
400 ML Sub-18 hasta Sen	17:20	
400 ML MÁSTER	17:30	
	17:40	400 ML Sub-18 hasta Sen
	17:55	400 ML MÁSTER
DISCO (Sub-16 hasta Máster)	18:00	LONGITUD (Sub-16 hasta Máster)
300 ML SUB16	18:05	
	18:20	300 ML SUB16
1.500 ML Sub-18 hasta Máster	18:40	
	18:50	1.500 ML Sub-18 hasta Máster

Cámara de Llamadas. –

PRUEBA	ENTRADA	SALIDA
CARRERAS LISAS	20' antes	10' antes
CARRERAS VALLAS	25' antes	15' antes
CONCURSOS	40' antes	30' antes

Normas Técnicas. –

En los concursos todos los atletas dispondrán de 3 intentos, donde los 8 atletas con mejor marca válida (independientemente de la categoría), tendrán otros 3 intentos de mejora.

DISCO Masculino:

- Sub-16/M60/M65/M70 (1 Kg)
- Sub-18/M50/M55 (1'5 Kg)
- Sub-20 (1'750 Kg)
- Sub-23/Sen/M35/M40/M45 (2 Kg).

DISCO Femenino:

- Sub-16 (0'8 Kg)
- Sub-18/Sub-20/Sub-23/Sen/F35 y más (1 Kg).

TRIPLE SALTO: Tabla de 11 metros y segunda tabla a convenir in situ.

LONGITUD: Tabla de 3 metros (opcional tabla 2 metros únicamente para categoría Máster)