



HORARIO DEFINITIVO

IX CONTROL MARCAS FIAT PISTA AL PROG. A Sábado 20 abril, Centro Insular de Atletismo de Tenerife (CIAT)

HOMBRES	HORA	MUJERES
110 MV Sen-Sub23 (1,067) (13,72 – 9,14 – 14,02) TRIPLE SALTO (Sub-16 hasta Máster)	10:00	DISCO (Sub-16 hasta Máster)
110 MV Sub-18 (0,91) (13,72 – 9,14 – 14,02)	10:05	
100 MV Sub-16 (0,91) (13,00 – 8,50 – 10,50)	10:15	
100 MV M50 y M55 (0,91) (13,00 – 8,50 – 10,50)	10:20	
	10:25	100 MV Sub20-Sub23 y Sen (0,84) (13,00 – 8,50 – 10,50)
	10:30	100 MV Sub16-Sub18 (0,76) (13,00 – 8,50 – 10,50)
100 MV M60 y M65 (0,84) (12,00 – 8,00 – 16,00)	10:40	
	10:50	80 MV F40 y F45 (0,76) (12,00 – 8,00 – 12,00)
	11:00	80 MV F50 y F55 (0,76) (12,00 – 7,00 – 19,00)
400 ML Sub-18 hasta Sen	11:10	
400 ML MÁSTER	11:15	
	11:25	400 ML Sub-18 hasta Sen
DISCO (Sub-16 hasta Máster)	11:30	400 ML MÁSTER LONGITUD (Sub-16 hasta Máster)
300 ML SUB16	11:40	
	11:45	300 ML SUB16
1.500 ML Sub-18 hasta Máster	11:55	
	12:05	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 y más (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/F40/F45/F50/F55 (**1 Kg**)

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

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

Todo lo no previsto en esta normativa se regirá por las normas de la World Athletics y la RFEA