



Circular 30/2024

**HORARIO DEFINITIVO**

VII CONTROL MARCAS PISTA AL PROG. D

Sábado 6 Abril, Estadio Francisco Peraza (La Manzanilla)

HORARIO DEFINITIVO PROGRAMA D		
6 Abril 2024 – Estadio Francisco Peraza (La Manzanilla)		
HOMBRES	HORA	MUJERES
5 KM MARCHA (C1)	16:00	
	16:05	5 KM MARCHA (C1)
JABALINA (Sub-16 hasta Máster)	16:40	TRIPLE SALTO (Sub-16 hasta Máster)
100 ML (Sub-16 hasta Senior)	16:50	
100 ML MÁSTER	17:20	
	17:35	100 ML (Sub-16 hasta Senior)
	18:00	100 ML MÁSTER
	18:05	600 ML SUB16
LONGITUD (Sub-16 hasta Máster)	18:30	JABALINA (Sub-16 hasta Máster)

Cámara de Llamadas. –

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

Normas Técnicas. –

**LONGITUD Masculina:** Tabla de 3 metros

**TRIPLE SALTO Femenino:** Tabla de 9 metros y segunda tabla a convenir in situ.

**JABALINA:**

= Masculino:

- Sub-16/M60/M65 (600 Gr)
- Sub-18/M50/M55 (700 Gr)
- Sub-20/Sub-23/Sen/M35/M40/M45 (800 Gr)

= Femenino:

- Sub-16/Sub-18/F50/F55 (500 Gr)
- Sub-20/Sub-23/Sen/F35/F40/F45 (600 Gr)

**Marcha:**

- **5 Km Marcha Masculina Calle 1:** Salida desde zona de 200 ml. Al paso nuevamente por meta faltarán 12 vueltas más.
- **5 Km Marcha Femenina Calle 5:** Salida situada en la mitad de contrarecta (9,629 m después de P 4x80, en sentido contrario a la dirección de carrera). Al paso por la meta faltarán 11 vueltas más.

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