



**HORARIO DEFINITIVO**  
**VIII CONTROL MARCAS FIAT PISTA AL PROG. C**  
**Domingo 14 abril, Centro Insular de Atletismo de Tenerife (CIAT)**

<b>HORARIO DEFINITIVO PROG.C 14-04-24 CIAT</b>		
<b>HOMBRES</b>	<b>HORA</b>	<b>MUJERES</b>
400 MV Sub-20/Sub-23/SEN (0,91) PÉRTIGA (Sub-16 hasta Máster)	10:00	MARTILLO (Sub-16 hasta Máster) ALTURA (Sub-16 hasta Máster)
400 MV MÁSTER M35/M40/M45 (0,91)	10:05	
400 MV Sub-18 (0,84)	10:15	
	10:25	400 MV Sub-18 HASTA SEN (0,76)
	10:30	400 MV MÁSTER F35/F40/F45 (0,76)
300 MV MÁSTER M60/M65 (0,76)	10:40	
	10:45	300 MV MÁSTER F50/F55 (0,76)
	10:50	300 MV Sub-16 (0,76)
800 ML (Sub-18 hasta Máster)	11:10	
	11:20	800 ML (Sub-18 hasta Máster)
3.000 Obstáculos (Sub-20 hasta M45) (0,91)	11:35	
3.000 Obstáculos (M50/M55) (0,84) MARTILLO (Sub-16 hasta Máster)	12:00	
2.000 Obstáculos M60 y más (0,76)	12:20	
	12:40	2.000 Obstáculos (Sub-18 y MÁSTER) (0,76)
1.500 Obstáculos Sub-16 (0,76)	13:00	
	13:20	1.500 Obstáculos Sub-16 (0,76)

**Cámara de Llamadas. –**

<b>PRUEBA</b>	<b>ENTRADA</b>	<b>SALIDA</b>
CARRERAS LISAS	20' antes	10' antes
CARRERAS VALLAS	25' antes	15' antes
CONCURSOS	40' antes	30' antes
PÉRTIGA	50' antes	40' antes

**Normas Técnicas. -**

**MARTILLO Masculino:**

- Sub-16 (4 Kg), Sub-18/M60/M65 (5 Kg), Sub-20/M50/M55 (6 Kg) y Sub-23/Sen/M35/M40/M45 (7'26 Kg)

**MARTILLO Femenino:**

- Sub-16/Sub-18/F50/F55 (3 Kg) y Sub-20/Sub-23/Sen/F35/F40/F45 (4 Kg)

**ALTURA FEMENINA:** 0.96 – 1.06 – 1.16 – 1.26 – 1.36 – 1.41 – 1.46 – 1.49 – 1.52 y de 3 en 3 cms.

**PÉRTIGA MASCULINA:** 2.12 – 2.32 – 2.52 – 2.72 – 2.92 – 3.12 – 3.32 – 3.52 – 3.62 – 3.72 y de 5 en 5 cms.

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