



HORARIO DEFINITIVO

X CONTROL MARCAS PISTA AL PROG. D

Domingo 21 Abril, Estadio Francisco Peraza (La Manzanilla)

HOMBRES	HORA	MUJERES
	10:00	3 KM MARCHA (C1) (Sub-16 hasta Máster)
3 KM MARCHA (C5) (Sub-16 hasta Máster)	10:05	
100 ML (Sub-16 hasta Senior) JABALINA (Sub-16 hasta Máster)	10:35	TRIPLE SALTO (Sub-16 hasta Máster)
100 ML MÁSTER	10:45	
	11:00	100 ML (Sub-16 hasta Senior)
	11:15	100 ML MÁSTER
600 ML SUB-16	11:25	600 ML SUB-16
LONGITUD (Sub-16 hasta Máster)	12:00	JABALINA (Sub-16 hasta Máster)

Cámara de Llamadas. –

PRUEBA	ENTRADA	SALIDA
CARRERAS LISAS	20' antes	10' 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.

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:

- **3 Km Marcha Femenina Calle 1:** Salida desde zona de 200 ml. Al paso nuevamente por meta faltarán 7 vueltas más.
- **3 Km Marcha Masculina Calle 5:** Salida situada próxima a línea de meta (10,237 m antes Meta, en sentido contrario a la dirección de carrera). Al paso por la meta faltarán 6 vueltas más.

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