



HORARIO DEFINITIVO CONTROL EXTRA

10 julio 2025 – Estadio Iván Ramallo (Los Realejos)

HOMBRES	HORA	MUJERES
LONGITUD ABSOLUTA	17:00	PÉRTIGA ABSOLUTA
110 MV ABSOLUTO (1,067) (13,72 – 9,14 – 14,02)	17:30	
110 MV SUB-20 (1,00) (13,72 – 9,14 – 14,02)	17:35	
100 ML ABSOLUTO	17:45	
	18:00	100 ML ABSOLUTO
400 ML ABSOLUTO	18:15	
	18:30	TRIPLE SALTO ABSOLUTO 400 ML ABSOLUTO
200 ML ABSOLUTO	18:40	
	18:55	200 ML ABSOLUTO
PESO ABSOLUTO MIXTO	19:15	PESO ABSOLUTO MIXTO

Horario de Cámara de Llamadas. –

PRUEBA	ENTRADA	SALIDA
CONCURSOS	40' antes	30' antes
PÉRTIGA	55' antes	45' antes
Carreras Vallas	25' antes	15' antes
Carreras Lisas	20' antes	10' antes

NORMAS TÉCNICAS:

- En los concursos, todos los participantes realizarán 3 intentos, y acto seguido las 8 mejores marcas realizarán otros 3 intentos adicionales, independientemente de la categoría.
- **Artefactos (PESO):** 3 kg (MF 50), 4 kg (Sub-20 y Absoluto Fem), 5 kg (MM 65) y 7,26 kg (Senior)
- **Tabla Longitud:** 3 metros
- **Tabla Triple Salto:** 2 tablas a convenir in situ
- **Pértiga Femenina:** 2.55 – 2.65 – 2.75 – 2.80 y de 5 en 5 cms.

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