

HORARIO DEFINITIVO DE LA COMPETICIÓN.
19/04/2026 (Centro Insular de Atletismo de Tenerife)

MASCULINO	HORARIO	FEMENINO
SALTO DE LONGITUD SUB10	10:30	SALTO DE LONGITUD SUB10 80 MV TRIATLÓN A Lanzamiento de disco TRIATLÓN D
	10:40	80 MV TRIATLÓN C
80 MV TRIATLÓN C	10:50	SALTO CON PÉRTIGA SUB12 Y SUB14
80 MV TRIATLÓN A	11:00	Lanzamiento de jabalina TRIATLÓN B
SORTEO	11:00	SORTEO
50 ML SUB8 Lanzamiento de peso TRIATLÓN D	11:15	LANZAMIENTO DE PESO SUB12 (césped)
	11:25	50 ML SUB8
Lanzamiento de peso TRIATLÓN A SALTO DE LONGITUD SUB8	11:45	Lanzamiento de peso TRIATLÓN A
50 ML SUB10	11:50	Salto de Altura Triatlón C
SORTEO	12:00	SORTEO
Lanzamiento de jabalina TRIATLÓN B	12:10	50 ML SUB10 Lanzamiento de peso TRIATLÓN D
LANZAMIENTO DE MARTILLO MIXTO SUB12	12:30	LANZAMIENTO DE MARTILLO MIXTO SUB12 SALTO DE LONGITUD SUB8
80 ml TRIATLÓN E	12:40	
Salto de longitud TRIATLÓN C (indoor)	12:45	80 ML TRIATLÓN E
SORTEO	13:00	SORTEO
80 ML TRIATLÓN A	13:05	
LANZAMIENTO DE PESO SUB12 (césped)	13:15	80 ML TRIATLÓN
	13:30	Salto de longitud TRIATLÓN B (Indoor)
SALTO CON PÉRTIGA SUB12 Y SUB14	13:45	60 ML TRIATLÓN D

SORTEO	14:00	SORTEO
60 ml TRIATLÓN D Salto de longitud TRIATLÓN B (foso sur)	14:00	
Salto de altura TRIATLÓN C	14:10	
Lanz. de jabalina TRIATLÓN E	14:15	Lanz. de jabalina TRIATLÓN E
SORTEO	15:00	SORTEO
PIRUETA SHOW	15:05	PIRUETA SHOW
LANZAMIENTO DE PESO SUB 8 (césped) Lanzamiento de disco TRIATLÓN D	15:45	500 ml SUB10
SORTEO	16:00	SORTEO
500 ML SUB10	16:00	Salto de longitud TRIATLÓN C (indoor)
1.000 ML SUB 12	16:15	LANZAMIENTO DE PESO SUB 8
	16:30	1000ML SUB12
1.000ml TRIATLÓN B	16:40	LANZAMIENTO PESO SUB10
LANZAMIENTO PESO SUB10 (foso)	16:50	1.000 ml TRIATLÓN B
SORTEO	17:00	SORTEO
2 km marcha TRIATLÓN E	17:10	2.km marcha TRIATLÓN E
RELEVO 4 X 50 SUB8 MIXTO	17:30	RELEVO 4X50 SUB8 MIXTO
RELEVOS 4X50 SUB10 MIXTO	17:45	RELEVO 4X50 SUB10 MIXTO
RELEVO 4 X 60 SUB12 MIXTO	18:00	RELEVO 4X60 SUB12 MIXTO
SORTEO	18:00	SORTEO
RELEVO 4 X 80 SUB14 MIXTO	18:15	RELEVO 4 X 80 SUB14 MIXTO
<u>ENTREGA DE PREMIACIÓN TRIATLONES</u>	<u>18:30</u>	<u>ENTREGA DE PREMIACIÓN TRIATLONES</u>

Cámara de llamadas (zona indoor).

Carreras: 15 min antes

Concursos: 25 min antes

Triatlones: Solo pasarán cámara de llamadas en la primera prueba.

Tablas de batida de salto de longitud

-Sub8: sin tabla, saltarán del borde

-Sub10: Tabla 0,50 cms

-Sub12: Tabla 1 m.

-Sub14: Tabla 2 m.

Cadencias salto de altura sub14

Masculino: 1.00-1.10-1.20-1.25-1.30 y de 3 en 3 cms.

Femenino: 1.00-1.10-1.15-1.20-1.25-1.30 y de 3 en 3 cms.

Cadencias salto con pértiga:

Altura mínima posible- de 20 en 20 cms hasta 1.60 y de 10 en 10 cms.

Se habilitará zona de entrenadores, que deberán de estar acreditados correctamente.

Se dará una acreditación a cada club por cada 10 atletas. En el caso de necesitar más, deberán contactar con el organizador.