



Complexo Deportivo de Elviña, Avenida de Glasgow, 13
15111 A Coruña - T. +34 981 291 683 - federacion@atletismo.gal
atletismo.gal - carreirasgalegas.com



JORNADA 1-----16 NOVIEMBRE

HOMES	HORA	MULLERES
LANZAMENTO PESO (sub-10)	10:30	60mv (sub-14)
		SALTO LONXITUDE (sub-12)
60mv (sub-14)	10:50	
	11:00	50 ml (sub-10)
	11:10	LANZAMENTO PESO (sub-10)
50 ml (sub-10)	11:20	
SALTO LONXITUDE (sub-12)		
60ml (sub-12)	11:40	
	11:50	SALTO ALTURA (sub-14)
	12:05	60 ml (sub-12)
	12:25	60 ml (sub-14)
60 ml (sub-14)	12:50	
SALTO CON PÉRTIGA (sub-14)	13:00	SALTO CON PÉRTIGA (sub-14)
SALTO ALTURA (sub-14)	13:10	

Cadencia salto altura sub-14: 1.00-1.06-1.12-1.18-1.22-1.26-1.30-1.34-1.37...

Cadencia salto con pértiga sub-14: 1.60-1.70-1.80-1.90-2.00-2.05-2.10...|