

**VIII LIGA GALEGA ABANCA DE CATEGORÍAS MENORES DE INVERNO**

**1ª Xornada**

**26 de Outubro do 2019 "Estadio Municipal de Calabagueiros" – O Barco –**

**Organiza:** Delegación Valdeorresa de Atletismo da F.G.A.

**Patrocina:** ABANCA

**Control:** Comité Valdeorrés de Xuices da F.G.A.

**Cronometraxe:** Eléctrica FinishLynx.

HORARIO			
16:00	60 m. valados (0,84)	SUB14	Homes
	Salto de Lonxitude	SUB12	Homes
	Lanzamento de Peso	SUB10	Homes
16:05	60 m. valados (0,76)	SUB14	Mulleres
16:15	50 m. lisos	SUB10	Mulleres
	Salto de Altura	SUB14/SUB16	Mulleres-Homes
16:30	60 m. lisos	SUB12	Mulleres
16:35	60 m. lisos	SUB14	Mulleres
17:15	50 m. lisos	SUB10	Homes
	Salto de Lonxitude	SUB12	Mulleres
	Lanzamento de Peso	SUB10	Mulleres
17:25	60 m. lisos	SUB12	Homes
17:40	60 m. lisos	SUB14	Homes
17:50	60 m. lisos	Absoluto	Mulleres
18:00	60 m. lisos	Absoluto	Homes

**PARTICIPANTES:** Atletas con licencia federativa en vigor para a tempada 2018-2019.

**INSCRICIÓNS:** Na Web da RFEA <https://isis.rfea.es/sirfea2/>, ata o **mércoles 23 de Outubro as 23:00 horas**

Os atletas deberán aportar na inscrición a súa mellor marca na proba na que participen para facilitar a confección das series e deberán cumprir co requisito da mínima de participación si a proba o require. Aceptarase as mellores marcas de acordo ó número de participantes establecido para cada proba. Unha vez finalizado o prazo, e recibidas as inscricións poderá ser rectificado o horario da Competición, publicándose na web [www.atletismo.gal](http://www.atletismo.gal)

Retirada de dorsais e confirmación de participación en Secretaría de Competición ata 45' antes do inicio da proba na que se atope inscrito, fora de este prazo non se autorizará a participación.

**NORMATIVA:** Libro de Normas Técnicas da FGA ou no seu defecto a normativa RFEA ou IAAF.

**PARTICIPACIÓNS:**

**LANZAMIENTO DE PESO:**

Haberá 3 intentos.

Peso 1kg.

**SALTO DE ALTURA:**

Cadencia salto de altura Mulleres e Homes: 1'00 - 1'06 - 1'12 - 1'18 - 1'22 - 1'26 - 1'30 - 1'34 - 1'37 e de 3 en 3 cm.

**SALTO DE LONXITUDE:**

Haberá 3 intentos

Táboas a 1 e 2 m.

O DELEGADO TÉCNICO  
Agustín González Ruiz  
(asinado no orixinal)

O DELEGADO DA F.G.A EN VALDEORRAS  
Manuel Rodríguez Teijeiro  
(asinado no orixinal)