



CIRCULAR 50 – 2020. ANEXO CIRCULAR 49-2020
HORARIOS, CADENCIAS E OUTRAS DISPOSICIÓNS DO LXXXVII
CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO MASCULINO E LIII
CAMPIONATO DE GALICIA ABSOLUTO FEMININO, SUB 23, SUB 20,
SUB 18 E PROBAS COMBINADAS EN PISTA AO AIRE LIBRE

- A todas as delegacións da FGA.
- A todos/as os/as asembleístas
- A todos os clubs galegos con licenza vixente
- A todos/as os/as adestradores/as con licenza vixente
- A todos/as os/as xuíces/zas galegos/as con licenza vixente

Art.1). Os días 28, 29 e 30 de agosto celébrase o LXXXVII Campionato de Galicia Absoluto Masculino e o LIII Campionato de Galicia Absoluto Feminino, Sub 23, Sub 20 e Sub 18 nas pistas de atletismo do Campus de Elviña en A Coruña.

Art.2). Ó longo do Campionato, un atleta pode ser excluído de participar nunha ou varias probas no caso de que, clasificándose nas eliminatorias ou series, non participe na seguinte rolda ou ben téndose confirmado a súa inscrición, non participe sen dar unha razón válida a dirección técnica da FGA.

Art.3.) Cadencias

- **Altura feminina:** 1'31-1'37-1'43-1'49 -1'54 - 1'58 y de 3 en 3
- **Altura masculina:** 1'56-1'64-1'70-1'76-1'8-1'86-1' 90-1'94 y de 3 en 3
- **Pértega feminina:** 2'21-2' 51- 2'71-2' 91-3'01-3'11-3'21-3'31-3'41 e de 5 en 5.
- **Pértega masculina:** 3'20-3'40-3'6-3'75-3'90-4'05-4'15-4'25-4,35-4,45-4,55 e de 5 en 5.

Art.4.) Táboas

- Táboas de triplo: Sub 18/20/23 e Abs mulleres 9 e 10
- Táboas de triplo: Sub 18/20 homes e 10, 11 e 13 e Sub 23 e Abs Homes 11 e 13.

Art.5.) Horario

HORARIO DO VENRES 28 XORNADA DE TARDE

HORA	PROBA	SEXO	LONXITUDE/TRIPLO	ALTURA	PÉRTEGA	LANZ LONGOS	PESO
18:30			Triplo Sub 20/18 H				
18:40							Sub 18 M
19:00						Martelo Sub 20/18 H	
19:00						Martelo Sub 18 M	
19:20							Sub 20/18 H
19:30			Triplo Sub 20/18 M				
20:00	400 mv Sub 18	Final	H				



HORARIO DO SÁBADO 29 XORNADA DE MAÑÁ

HORA	PROBA	SEXO	LONGITUDE/TRIPLO	ALTURA	PÉRTEGA	LANZ LONGOS	PESO
10:10	100 Decat.						
10:53	100 Sub 23	Final**	H			Martelo Abs/23/20 Mulleres	
11:01	100 Sub 20	Final**	H	Lonxitude Decat.			
11:09	100 Sub 18	Final**	H				
11:17	100 Abs	Semifs	H				
11:25	100 Abs	Semifs	H				
11:33	100 Sub 23/20	Final**	M				
11:41	100 Abs/18	Semifs	M				
11:49	100 Abs/18	Semifs	M	Lonxitude Sub 18 H			
11:57	100 Abs/18	Semifs	M				
12:05	100 Abs/18	Semifs	M			Martelo Abs/Sub 23 Homes	
12:13	800	Final A	H				
12:21	800	Final B	H				
12:29	800	Final C	H				
12:37	800	Final A	M				
12:45	800	Final B	M				Peso Decat.
12:55	100 Abs	Final	M				
13:05	100 Abs	Final	H				
13:15	3000 Obs*	Final	H			Xavelina Sub 18 M-H	
13:35	2000 Obs*	Final	H				
13:50	100 Sub 18	Final	M				

HORARIO DO SÁBADO 29 XORNADA DE TARDE

HORA	PROBA	SEXO	LONGITUDE/TRIPLO	ALTURA	PÉRTEGA	LANZ LONGOS	PESO
17:30	200 Abs/23/20/18	Semifs	H	Altura Decat.			
17:38	200 Abs/23/20/18	Semifs	H				
17:46	200 Abs/23/20/18	Semifs	H				
17:54	200 Abs/23/20/18	Semifs	H				
18:02	200 Abs/23/20/18	Semifs	H			Xavelina Abs/Sub 23/20 M	
18:10	200 Abs/23/20/18	Semifs	M				
18:18	200 Abs/23/20/18	Semifs	M				
18:26	200 Abs/23/20/18	Semifs	M				
18:34	1500	Finais	H				
18:44	1500	Finais	H	Lonxitude Sub 20/23 H			
18:54	1500	Finais	M				
19:04	1500	Finais	M				
19:14	1500	Finais	M				
19:27	400 Decat.						



19:37	200 Final A	Finais	H	Lonxitude Sub 23/20/18 M			Xavelina Abs/Sub 23/20 H	
19:45	200 Final B	Finais	H					
19:53	200 Final A	Finais	M					
20:01	200 Final B	Finais	M					
20:17	100 mv Sub 18	Final	M					
20:35	110 mv Sub 18/20	Final	H					

HORARIO DO DOMINGO 30 XORNADA DE MAÑÁ

HORA	PROBA	SEXO	LONGITUDE/TRIPLO	ALTURA	PÉRTEGA	LANZ LONGOS	PESO
9:40	110mv Decat.					Disco Sub 20/18 H	
9:50	5 Km Marcha	Final B	M				
10:25						Disco Decat.	
10:30	5 Km Marcha	Final A	M				
10:50				Homes Abs sub 23/20/18	Homes Abs sub 23/20/18		
11:20				Triplo H Abs/ Sub 23		Disco Abs /23 H	
11:05	5 Km Marcha	Final A	H				
11:40	5 Km Marcha	Final B	H				
12:20	400 Abs/23/20/18	Final A	H				
12:28	400 Abs/23/20/18	Final B	H				
12:36	400 Abs/23/20/18	Final C	H			Disco Abs /23/20 M	
12:44	400 Abs/23/20/18	Final D	H	Triplo M Abs/Sub 23			
12:52	400 Abs/23/20/18	Final A	M				
13:00	400 Abs/23/20/18	Final B	M		Pértega Decat.		Abs /Sub 23 H
13:15	110 mv Abs/23	Final	H				
13:30	100 mv Abs/23/20	Final	M				

HORARIO DO DOMINGO 30 XORNADA DE TARDE

HORA	PROBA	SEXO	LONGITUDE/TRIPLO	ALTURA	PÉRTEGA	LANZ LONGOS	PESO
17:00	400 mv Abs/23/20	Final	H	Mulleres Abs sub 23/20/18			
17:10						Disco Sub 18 M	
17:15	400 mv Abs/23/20/18	Final	M		Mulleres Abs sub 23/20/18		
17:35	5000 Abs/23/20/18	Final C	H	Lonxitude H Abs			
17:55	5000 Abs/23/20/18	Final B	H				
18:15	5000 Abs/23/20/18	Final A	H				
18:30						Xavelina Decat.	
18:55	5000 Abs/23/20/18	Final A	M	Lonxitude M Abs			Abs/Sub 23/20 M
19:20	5000 Abs/23/20/18	Final B	M				
19:55	1500 Decat.						



Cada atleta retirará o seu dorsal na cámara de chamadas, sendo imprescindible entregar na retirada a folia de Declaración Responsable.

SAÍDA A PISTA TRAS A PRESENTACIÓN EN CÁMARA DE CHAMADAS

Carreiras: 5min antes da hora oficial da proba

Carreiras valos: 10min antes da hora oficial da proba

Concursos (agás pértega): 20min antes da hora oficial da proba

Pértega: 35min antes da hora oficial da proba

* Entrada en cámara de chamadas, cinco minutos antes da saída oficial á pista.

Art.6). Presentación de artefactos para a súa homologación ata una hora antes da proba.

Art.7). Clasificación

100

Todos os atletas realizan series semifinais e clasifican as 8 mellores marcas para a final absoluta. Algunhas destas series (correspondentes as de menos de 8 atletas inscritos) son as finais das categorías Sub 18/20/23 homes e sub 20/23 mulleres.

As 8 mellores mulleres Sub 18 correrán unha final desta categoría, aparte da posibilidade de acceder á final absoluta.

200

Realizaranse series semifinais clasificándose para as finais os 16 mellores tempos. Correran ditas finais os 8 mellores tempos na serie A e o seguintes 8 mellores tempos na serie B.

Na serie A disputaranse os postos do 1º a 8º e na serie B do 9º ao 16º independentemente dos rexistros acadados.

400, 800, 1500, 5000 3000 obs e 5 km

Todos os participantes optan ao campionato da súa categoría e ao da categoría absoluta.

As series realizaranse por marca, correndo na primeira serie as 8 mellores marcas de inscrición. O resto de series repartiranse aos participantes entre elas, de forma que sempre corran xuntos as mellores marcas restantes.

Concursos

Naqueles concursos que se realicen conxuntamente entre varias categorías e a absoluta, todos os atletas terán dereito ao campionato absoluto e ao da súa categoría. Nos casos particulares de atletas Sub 18 rexistrados en distintos concursos programados previamente por separado para o campionato da súa categoría e para o absoluto, participarán unicamente naquel campionato no que se inscribiron de maneira que non superen a limitación de probas.

Nas probas de concursos do Campionato Absoluto, faranse 3 intentos por atleta e 3 máis os 8 mellores clasificados, no resto de campionatos (S18/20/23) todos os/as atletas farán só 4 intentos.



Art.8). Medidas de aplicación en probas de fondo e medio fondo

800 m:

- 8 atletas por carreira
- Unha rúa por participantes, sen rúa libre.
- Saída escalada, empregando unha nova marca para a compensación da distancia.

Programáanse as seguintes probas coa autorización da Secretaría Xeral para o Deporte da Xunta de Galicia, seguindo as seguintes medidas de aplicación:

O atleta que corra detrás dun compañeiro debe respectar a distancia de seguridade (1,5m), calquera adiantamento debe ser realizado por unha rúa diferente á que está a empregar o atleta adiantado. No caso do incumprimento desta medida, o atleta será apercibido ata un máximo de dúas veces, en caso de chegar á terceira será descualificado. Para os apercibimentos, será empregado un indicador físico ou verbal.

1500m.

- 8 atletas por carreira
- Unha rúa por participante durante 200 m. dende a saída individual, empregando as marcas da saída do 300 m.
- Ao chegar á marca do 500, empregarase a rúa única ata o final da carreira.

5000 m.

- 8 atletas por carreira empregando unha saída partida, diferenciando aos atletas de 4 en 4.
- Correrase por rúa individual durante unha curva (100 m. aprox.) dende a saída,
- Catro atletas (mellores marcas) pola rúa 1 e catro e polas rúas 5 a 8 (peores marcas),
- Ao chegar á marca do 500 m. empregarase a rúa única ata o final da carreira.

Marcha:

- 8 atletas do mesmo xeito que as anteriores.
- Ampliación do pit line que facilita a distancia de seguridade entre os atletas que están a cumprir sanción.

Obstáculos.

- 8 atletas do mesmo xeito que as anteriores.
- Catro atletas (mellores marcas) pola rúa 1 e catro atletas polas rúas de 5 a 8 (peores marcas),
- Empregarase a marcaxe específica na saída para cumprir as compensacións.

Art.9) As mascarillas coas que se entre a zona de competición serán destruídas e se entregará unha nova unha vez chegado o/a atleta a meta. No caso de abandono sen concluír a proba, o atleta en cuestión deberá achegarse á zona de meta para lle ser entregada unha mascarilla.



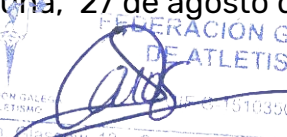
CIRCULAR

Complexo Deportivo de Elviña, Avenida de Glasgow, 13
15008 A Coruña. - T. +34 981 291 683 - federacion@atletismo.gal
atletismo.gal - carreirasgalegas.com

Art.10) Todos/as os/as participantes deberán cumprir o protocolo COVID-19 establecido pola FGA, así coma as indicacións do Responsable COVID-19 da FGA.

Art.11) Todo o non disposto no presente regulamento resolverase, por esta orde, de acordo as normas da F.G.A., R.F.E.A. e W.A.

A Coruña, 27 de agosto de 2020



FEDERACION GALEGA
DE ATLETISMO

FEDERACION GALEGA
DE ATLETISMO

Ávda. Glasgow, 13 - Complejo Deportivo Elviña
15008 A Coruña - Tel. 981 291 683
www.atletismo.gal

Carlos Castro Vicente

Secretario Xeral Federación Galega de Atletismo