



## **CIRCULAR 57-2020. ANEXO CIRCULAR 56-2020 XXXIII CAMPIONATO DE GALICIA MÁSTER 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)** A F.G.A. organiza o día 26 de setembro o XXXIII Campionato de Galicia Máster de pista ao aire libre, nas pistas de atletismo do CGTD en Pontevedra.

**Art.2)** Horario Definitivo

<b>HORARIO DO CAMPIONATO DE GALICIA MÁSTER - XORNADA DE MAÑÁ</b>					
<b>HORA</b>	<b>CARREIRAS</b>	<b>LONX/TRIPLO</b>	<b>PESO</b>	<b>LANZAM. LONGOS</b>	<b>ALTURA</b>
9:45	5 Km M-H				
10:00				Disco H (M50 e Sup.)	
10:25	400 m.v. H				Altura M
10:32	5000 M35		Peso M		
10:52	5000 M40			Disco H (M35/40/45)	
11:12	5000 M45				
11:27	5000 M50-55		Peso H (M50 e Sup.)		
11:50	5000 M60-65 e F55			Disco M	
12:05					Altura H
12:20	5000 F45-50				
12:40				Xavelina H (M35/40/45)	
12:50	5000 F35-40				
13:00					
13:20	800 H		Peso H (M35/40/45)		
13:45				Xavelina H (M50 e Sup.)	
14:00	800 M				
14:20	1500 H				
14:30				Xavelina M	
15:00	1500 M				
<b>HORARIO DO CAMPIONATO DE GALICIA MÁSTER - XORNADA DE TARDE</b>					
17:00	110 MV H			Martelo H (M50 e Sup.)	
17:15	100 MV H	Lonxitude H (M35/40/45)			
17:25	100 H				
17:48				Martelo M	
18:04	100 M				
18:28	400 H	Lonxitude M-H (M50 e Sup.)			
18:36				Martelo H (M35/40/45)	
19:00	400 M				
19:10				M. Pesado M-H (M50 e Sup.)	
19:25	3000 Obs. (0,91)	Triplo H			
19:55	200 H				
20:04				M. Pesado H (M35/40/45)	
20:35	200 M				



## CIRCULAR

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

### Cadencias

Altura Homes: 1,05-1,12-1,19-1,25-1,31-1,35- 1,39-1,43-1,47-1,51 3/3

Altura Mulleres: 1,20-1,25-1,28-1,31-1,34 2/2

**Táboa de triplo:** 8, 9 e 11

**Art.3).** Cada atleta retirará o seu dorsal na cámara de chamadas, sendo imprescindible entregar na retirada a folla de Declaración Responsable. Será responsabilidade dos atletas levar consigo imperdibles ou calquera outro sistema para a colocación do dorsal, a organización non facilitará imperdibles.

**Art.4).** A entrega de artefactos para a súa homologación realizarase na sala de dirección técnica ata unha hora antes do comezo da proba.

**Art.5).** O aforo será controlado e limitado pola listaxe de solicitude, xa que polas especias circunstancias actuais, a limitación da grada está reducida a 120 persoas. Está permitido o acceso só a un representante (que pode ser delegado ou adestrador) por cada club. Ligazón: <https://forms.gle/LegYVTsydzhT6xqp9> Aberto ata as 10:00h do 25/09/2020 ou ata completar o aforo.

**Art.6).** 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.

**Art.7).** Aplicarase a normativa vixente que regula o uso de zapatillas en probas atléticas oficiais. [Circular 124/2020 da RFEA](#)

**Art.8).** 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.9).** Todo o non disposto no presente regulamento resolverase de acordo, por esta orde, ás normas da FGA (ver normas técnicas FGA 2020), RFEA e W.A..

A Coruña, a 24 de setembro de 2020



FEDERACIÓN GALEGA  
DE ATLETISMO  
Avenida de Glasgow, 13 - Complejo Deportivo Elviña  
15008 A Coruña - Tel. +34 981 291 683  
www.federaciongalega.com

Carlos Castro Vicente

Secretario Xeral da Federación Galega de Atletismo