



CIRCULAR 48-2021. ANEXO CIRCULAR 44-2022 HORARIO, CADENCIAS E SORTEO DE RÚAS DO XXXIV CAMPIONATO XUNTA DE GALICIA ABSOLUTO DE CLUBS

- 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

A F.G.A organiza o XXXIV Campionato Xunta de Galicia de Clubs ó Aire Libre o día 23 de Abril de 2022 nas pistas de atletismo de Monterrei en O Pereiro de Aguiar.

HORARIO DO XXXIV CAMPIONATO XUNTA DE GALICIA ABSOLUTO DE CLUBS							
HORA	PROBA	CATEGORÍA	LONXITUDE	LANZ. LONGOS	ALTURA	PÉRTEGA	PESO
10:30					Homes		
10:40	3000 marcha	Homes-Mulleres	Homes	Martelo Mulleres			
11:05	5000 marcha	Homes-Mulleres					
11:45	5000 marcha	Homes					
12:10			Mulleres	Martelo Homes		Mulleres	
12:20	5000 marcha	Mulleres					
13:00	100	Homes					
13:07	100	Mulleres					
13:20	400 mv	Homes					
13:30	400 mv	Mulleres		Disco Mulleres			Homes
13:40	800	Homes					
13:46	800	Mulleres					
13:55	4x100	Homes					
14:05	4x100	Mulleres					
HORA	PROBA	CATEGORÍA	TRIPLO	LANZ. LONGOS	ALTURA	PÉRTEGA	PESO
16:30			Homes	Disco Homes	Mulleres		
17:00	110 mv	Homes					
17:15	100 mv	Mulleres					
17:26	400	Homes					
17:33	400	Mulleres					
17:45	200	Homes	Mulleres	Xavelina Homes			
17:52	200	Mulleres					
18:00	1500	Homes				Homes	
18:07	1500	Mulleres					
18:15	3000 obs.	Homes					
18:30	3000 obs.	Mulleres					Mulleres
18:50	3000	Homes					
19:05	3000	Mulleres		Xavelina Mulleres			
19:25	4x400	Homes					
19:35	4x400	Mulleres					

Nos concursos de lanzamentos e saltos horizontais cada atleta fará 3 intentos iniciais e 3 de mellora.



CADENCIAS

Altura mulleres: 1.33/1.37/1.41/1.45/1.48/1.51/1.54/1.57 + 3cm

Altura Homes: 1.51/1.61/1.66/1.71/1.74/1.77/1.80/1.83/1.86/1.89/1.92 +3cm

Pértega Mulleres: -20cm/2.80/2.90/3.00/3.10/3.20 +10cm

Pértega Homes: -20cm /3.75/3.90/4.05 /4.20 /4.30+ 10cm

TÁBOAS DE TRIPLIO: Ó principio da competición os delegados e o xuíz árbitro acordarán que tres táboas poñerán en cada concurso.

SORTEO DE RÚAS

Nº	HOMES	Nº	MULLERES
I	Soc. Gimnástica de Pontevedra	I	Atletismo Femenino Celta
II	Real Celta Atletismo	II	Soc. Gimnastica de Pontevedra
III	CA Santiago	III	Ourense Atletismo
IV	CA Narón	IV	Ria de Ferrol
V	Lucus Caixa Rural	V	ADAS CUPA
VI	Club Atletismo Sada	VI	Lucus Caixa Rural
VII	Ourense Atletismo	VII	Club Atletismo Sada
VIII	Marineda Atlético Coruña	VIII	CA Narón

HOMES/MULLERES	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
100-PESO	1	2	3	4	5	6	7	8
200-3000-DISCO	2	3	4	5	6	7	8	1
400-3000 OBS.-XAVELINA	3	4	5	6	7	8	1	2
800 . MARCHA	4	5	6	7	8	1	2	3
1500-LONXITUDE-PÉRTEGA	5	6	7	8	1	2	3	4
400 V. -ALTURA	6	7	8	1	2	3	4	5
100/110 V. -TRIPLIO-4X400	7	8	1	2	3	4	5	6
MARTELO-4X100	8	1	2	3	4	5	6	7

Horario de saída á pista límite de presentación en **Cámara de chamadas (deberán presentar DNI, copia da licenza ou calquera documento acreditativo con foto):** Os/As atletas deberán saír á pista coa camiseta e o dorsal postos.

- Carreiras e marcha: 7 minutos antes da hora oficial da proba.
- Carreiras con valados e relevos: 10 minutos antes da hora oficial da proba.
- Saltos (agás pértega): 20 minutos antes da hora oficial da proba.
- Pértega: 35 minutos antes da hora oficial da proba.
- Lanzamentos: 20 minutos antes da hora oficial da proba.

A Coruña, a 21 de abril de 2022