

XORNADA A - NORTE

Hora	Carreiras	Fosos A e B		Altura	Peso	L. Longos
16:30		Lonxitude AF	Lonxitude AF	Inf. Fem	Ale. Mas	Disco Mixto
17:30	1000 m.l. IF	Lonxitude AM	Lonxitude AM			Xavelina IF
17:38	1000 m.l. IM					
17:46	50 m.l. BF					
18:00				Inf. Mas		
18:05	50 m.l. BM					
18:23	60 m.l. AF					
18:30		Lonxitude BF	Lonxitude BF			Xavelina IM
18:47	60 m.l. AM					
19:00		Lonxitude BM	Lonxitude BM			
19:11	80 m.l. IF					
19:26	80 m.l. IM					
19:30					Ale. Fem	
19:35					Ben Mix	
19:45	4x60 mixto					
20:00	4x50 mixto					

Dorsais: Serán recollidos polo delegado da entidade na zona de secretaría, sita na grada cuberta.

Altura: **Cadencia:** 0,95 - 1,00 - 1,05 - 1,10 - 1,15 - 1,20 - 1,25 e de 3 en 3 cm.

Limitación na carreira de aproximación: 10m

Lonxitude: Os fosos A e B están divididos por clube para comodidade dos adestradores, estando ambos no mesmo sentido de carreira.

Táboa a 1 m.

Limitación na carreira de aproximación: Benxamín 10 m. e Alevín 15 m.

Sistema de puntuación en categoría benxamín:

Proba	1 punto	2 puntos	3 puntos	4 puntos	5 puntos
Lonxitude	≤1,99 m.	≥2,00 m.	≥2,35 m.	≥2,70 m.	≥3,05 m.
Peso	≤2,99 m.	≥3 m.	≥4 m.	≥5 m.	≥6 m.