

ATLETISMO

XVI COPA CIUDAD DE LA LAGUNA

1º JORNADA

CAMPO DE LA MANZANILLA

JUEVES CUATRO ENERO 2018

Masculino	Hora	Femenino
PESO 7.260 KG Y 6 KG	17.00	DISCO 1 KG y 800 GRAMOS
500 Metros sub 10-12 y 14	17.00	Longitud
Altura, mínima 1.20 cm.	17.10	500 Metros sub10- 12 y 14
200 Metros	17.20	
	17.30	200 Metros
Peso 5 kg. Y 4 kg 300 metros	17.40	
Disco 2 kg. Y 1.750 kg	17.50	Altura ,mínima 1.20 cm. 300 metros
1500 Metros	18.00	
	18.10	1500 Metros
Longitud	18.00	
	18.20	3000 marcha
	18.20	Peso 4 y 3 kg.
100 vallas veteranos	18.40	
	18.50	100 vallas veteranas

ORGANIZA . CEA TENERIFE 1984 Y CLUB ATLETISMO LA MANZANILLA

CONTROLA: COMITÉ CANARIO DE JUECES

COLABORA: OAD LAGUNA

NORMAS TÉCNICAS

1.- Pueden participar todos los atletas con licencia federativa y que hayan tramitado su inscripción a través de la extranet, hasta el 2 de Enero 2018

2.- En las pruebas de concurso (lanzamientos) los atletas disponen de tres lanzamientos, pasando los ocho mejores a la mejora (tres lanzamientos).

3.- En la prueba de longitud, los atletas disponen de cuatro intentos.

4.- Cadencia listón salto de altura, mínima de 1.20, cadencia de 10 hasta 1.40, a partir de ese registro de 5 en 5 cm.

5.- En la prueba de 300 metros lisos, pueden partir atletas de categoría cadete hasta veteranos.

6.- Prueba de 3000 metros, pueden participar atletas a partir de la categoría sub 14 (infantil)

7.- Coste de la inscripción , 2 euros.