

XIII REUNIÓN NACIONAL MÁSTER CIUDAD DE LA LAGUNA

XIII FESTIVAL SANTÍSIMO CRISTO

1º JORNADA 26 DE SEPTIEMBRE 2020

ALTURA MÁSTER Y ABSOLUTA	9.30	PESO MÁSTER 3 Y 4 KG
3000 METROS MÁSTER	9.30	
3000 METROS ABSOLUTOS	9.45	
	10.00	3000 METROS MÁSTER Y ABSOLUTAS
50 METROS SUB 10	10.20	
	10.25	50 METROS SUB 10
300 METROS SUB 16	10.30	PESO ABSOLUTAS
	10.40	300 METROS SUB 16
5000 MARCHA MÁSTER Y ABSOLUTOS	10.50	ALTURA MÁSTER Y ABSOLUTAS.
400 METROS MÁSTER SERIE A	11.30	
400 METROS MÁSTER SERIE B		
400 METROS ABSOLUTOS.		
PESO MÁSTER 5 Y 6KG	11.40	
	11.55	400 METROS MÁSTER
	12.00	400 METROS ABSOLUTAS.
500 METROS SUB 14	12.10	
	12.20	500 METROS SUB 14
PESO ABSOLUTOS Y MASTER DE 7.250 KG	12.20	
RELEVO MIXTO	12.30	

NORMAS TÉCNICAS:

Altura Hombres y Mujeres: 1.15/1.20/1.25/1.30/1.35/1.40/1.45/1.50/1.55/1.60/1.65

Lanzamientos, tres intentos y los ocho mejores tendrán otros tres intentos.

XIII REUNIÓN NACIONAL MÁSTER CIUDAD DE LA LAGUNA

XIII FESTIVAL SANTÍSIMO CRISTO

2º JORNADA 27 DE SEPTIEMBRE 2020

PÉRTIGA	9.30	LONGITUD MÁSTER Y ABSOLUTA
MARTILLO MÁSTER Y ABSOLUTO	9.30	5000 MARCHA MÁSTER Y ABSOLUTA
800 METROS MÁSTER SERIE A	10.10	
800 METROS MÁSTER SERIE B	10.15	
800 METROS ABSOLUTOS SERIE A	10.20	
800 METROS ABSOLUTOS SERIE B	10.25	
	10.35	PÉRTIGA MÁSTER Y ABSOLUTA
	10.35	800 METROS MÁSTER
	10.40	800 METROS ABSOLUTAS
	10.35	DISCO MÁSTER Y ABSOLUTAS
LONGITUD MÁSTER	10.35	
100 METROS MÁSTER SERIE A	10.45	
100 METROS MÁSTER SERIE B		
100 METROS MÁSTER SERIE C		
100 METROS ABSOLUTOS SERIE A		
100 METROS ABSOLUTOS SERIE B		
DISCO 1KG Y 1.5KG	11.30	100 METROS MÁSTER SERIE A
		100 METROS MÁSTER SERIE B
		100 METROS ABSOLUTAS SERIE A
		100 METROS ABSOLUTAS SERIE B
PRUEBAS INCLUSIVAS	12.00	
500 METROS SUB 12	12.20	
DISCO 1.750 Y 2 KG.	12.30	500 METROS SUB 12
RELEVO 4 X 100 MÁSTER	12.40	
RELEVO 4 X 100 ABSOLUTOS		
		RELEVO 4 X 100 MÁSTER Y ABSOLUTOS

NORMAS TÉCNICAS

CONCURSOS, TRES INTENTOS+ 3 DE MEJORA LOS OCHO PRIMEROS

CADENCIA SALTO CON PÉRTIGA: 1.80/2.00/2.20/2.40/2.60/2.80/3.00/3.20