

# Campeonato de Asturias de Invierno de Marcha y Control

Sábado 16 de Diciembre de 2017 en las Pistas de Las Mestas (Gijón)

## Pista Exterior

15,00	Jabalina (M) (800g)
	Jabalina (F) (600g)
16,15	Martillo (M) (7,260k)
	Martillo (F) (4k)
17,30	5 kms. Marcha sub16 (M) y resto de categorías (M y F)
	3 kms. Marcha sub16 (F) y sub14 (M y F) - calle 5
	Disco (M) (2k)
	Disco (F) (1k)
18,10	1.500 m. lisos (M)
	1.500 m. lisos (F)
18,25	1.000 m. lisos (M)
	1.000 m. lisos (F)
18,35	400 m. lisos (M)
	400 m. lisos (F)
18,45	Peso (M) (7,260k)
	Peso (F) (4k)
18,50	300 m. lisos (M)
	300 m. lisos (F)
19,05	800 m. lisos (M)
	800 m. lisos (F)
19,15	600 m. lisos (M)
	600 m. lisos (F)
19,25	200 m. lisos (M)
	200 m. lisos (F)

Los horarios de los lanzamientos serán orientativos, si se retrasa alguno de ellos, el siguiente no comenzara hasta que no hayan calentado los atletas participantes tras efectuar 2 lanzamientos cada uno por orden del juez de la prueba.

Autorizaciones: sub18 (M) pueden lanzar la Jabalina y sub16 (F) pueden lanzar el Disco.

## Módulo

15,00	60 m. vallas sub14 (M)
	Pértiga (F)
	Longitud (M)
15,10	60 m. vallas sub14 (F)
15,20	60 m. vallas sub16-sub18 (F)
15,30	60 m. vallas (F)
15,35	60 m. vallas sub16 (M)
15,45	60 m. vallas sub18 (M)
15,50	60 m. vallas sub20 (M)
15,55	60 m. vallas (M)
16,10	60 m. lisos sub14 (M)
16,15	Pértiga (M)
	Longitud (F)
16,20	60 m. lisos (M)
16,35	60 m. lisos sub14 (F)
16,50	60 m. lisos (F)
17,30	Altura (F)
	Triple (M)
18,45	Altura (M)
	Triple (F)



Pértiga (F): 1,73-1,93-2,13-2,33-2,48-2,63-2,78-2,88 y de 10 en 10 cm.

Pértiga (M): 2,83-3,03-3,23-3,43-3,63-3,83-3,98-4,13-4,28-4,38 y de 10 en 10 cm.

Altura (F): 1,28-1,33-1,38-1,43-1,48-1,53-1,57-1,61-1,65-1,68 y de 3 en 3 cm.

Altura (M): 1,46-1,51-1,56-1,61-1,66-1,70-1,74-1,78-1,82-1,85 y de 3 en 3 cm.

Los atletas sub14 deberán tener la correspondiente licencia tramitada.

En la prueba de Longitud, participarán l@s 16 mejores inscrit@s con marca de la temporada 16/17.