

## Control de Lanzamientos Largos

### Sábado 16 de Marzo de 2019 en las Pistas de San Lázaro (Oviedo)

15,30	Martillo sub18 (M) (5k)
	Martillo sub18 (F) (3k)
16,45	Martillo (F) (4k)
	Martillo sub20 (M) (6k)
18,00	Martillo (M) (7,260k)

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.

## Control de Lanzamientos Largos

### Sábado 30 de Marzo de 2019 en las Pistas de San Lázaro (Oviedo)

15,30	Disco (M) (2k)
	Disco sub18 (M) (1,5k)
16,30	Disco (F) (1k)
	Disco sub20 (M) (1,750k)
17,30	Jabalina (M) (800g)
	Jabalina sub18 (F) (500g)
18,30	Jabalina (F) (600g)
	Jabalina sub18 (M) (700g)

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.

