I Control Nacional Aire Libre (especial Fondo) - HORARIO DEFINITIVO

Sábado 27 de Marzo de 2021 en las Pistas de San Lázaro (Oviedo)

		SERIES	INSCR.
14,45	5 kms. Marcha (M y F)	1	7
14,50	400 m. vallas (F)	1	4
14,55	300 m. vallas Sub16 (F)	4	15
15,00	Disco Sub16 (F) (800g)	-	7
15,10	300 m. vallas Sub16 (M)	2	8
15,15	Peso Sub20 (M) (6k)	-	1
	Peso Sub16 (M) (4k)	-	3
15,20	400 m. vallas Sub18 (M)	1	3
15,30	400 m. vallas (M)	2	3
	Longitud (M) - del 9º al 12º inscrito	-	4
	Longitud (F) - del 21º al 25º inscrito	-	5
15,40	3.000 m. lisos Sub18-Sub16 (F)	1	10
15,55	3.000 m. lisos Sub18-Sub16 (M)	2	19
16,05	Peso Sub18 (M) (5k)	-	6
	Peso (M) (7,260k)	-	2
16,10	Disco (F) (1k)	-	9
16,25	800 m. lisos (F)	2	17
16,35	800 m. lisos (M)	2	17
16,40	Longitud (M) - del 1º al 8º inscrito	-	8
16,45	200 m. lisos (F)	3	21
16,55	200 m. lisos (M)	3	23
17,00	Pértiga 1 (M y F) - marca igual o superior a 2,95	-	3
17,10	600 m. lisos Sub16 (F)	1	8
17,15	600 m. lisos Sub16 (M)	1	8
17,20	5.000 m.lisos (M) - desde Sub18 en adelante	3	39
	Disco Sub16 (M) (1k)	-	1
	Disco Sub18 (M) (1,5k)	-	6
17,50	Longitud (F) - de la 11ª al 20ª inscrita	-	10
18,15	Pértiga 2 (M y F) - marca igual o inferior a 2,94	-	6
18,20	5.000 m.lisos (F) - desde Sub18 en adelante	2	27
18,30	Disco (M) (2k)	-	7
	Disco Sub20 (M) (1,750k)	-	1
19,00	Longitud (F) - de la 1ª al 10ª inscrita	-	10
19,15	10.000 m. lisos (M) - desde Sub20 en adelante	2	25

Pértiga 1: 2,48-2,63-2,78-2,93-3,03-3,13-3,23-3,28 y de 5 en 5 cm.

Pértiga 2: 1,95-2,05-2,15-2,25-2,35-2,40 y de 5 en 5 cm.

Todos los entrenadores de l@s atletas participantes en vallas deberán colaborar en su colocación y retirada.

Los horarios son orientativos, siempre estarán en función de la inscripción para cada prueba.

Las pruebas se pueden adelantar hasta **5 minutos,** por lo que los atletas deberán estar atentos.

No puede haber delegados de clubes que tengan 5 atletas o menos inscritos. Cuando el número sea mayor de 5, el club deberá de acreditar mediante un escrito a la persona que vaya a ejercer de delegado.