



Temporada 2014/15

CIRCULAR Nº 8

## IV CONTROL DE MARCAS

Centro Insular de Atletismo de Tenerife (Tíncer – Santa Cruz)  
Sábado, 16 de mayo de 2015

### HORARIO

PROGRAMA MASCULINO	HORA	PROGRAMA FEMENINO
Triple Salto	19:00	Altura
100 m. lisos	19:05	
Martillo (CD,LV,JN)	19:15	Martillo (CD,LV,JN)
	19:20	100 m. lisos
1500 m. lisos	19:35	
	19:50	1500 m. lisos

--- 0 ---

Inscripciones: Hasta 40 minutos antes de cada prueba. Coste: 1 €.

Cadencia de salto de altura:

1'12 – 1'22 – 1'32 – 1'37 – 1'42 y, en adelante, de 5 en 5 cms.

Tablas de batida en Triple salto:

9 y 11 metros

Peso de los artefactos:

Martillo: CM (4), LM (5), JN (6)

Martillo: CF y LF (3), JN (4)