

**Control de Marcas**  
**Club Atletismo Puerto Cruz – Realejos**  
**Tenerife CajaCanarias**  
**Estadio Municipal de Los Realejos (Toscal-Longuera)**  
**Viernes 30 de Mayo de 2013**  
**Horario**

<b>Hombres</b>		<b>Mujeres</b>
Martillo (5, 6 y 7,260 kg)	17:00	Martillo (3 y 4 kg) Altura
500 ml benjamín	17:10	500 ml benjamín
500 ml alevín	17:20	500 ml alevín
500 ml infantil	17:30	500 ml infantil
	17:40	
400 mv Abs (0,91)	17:50	
Altura	18:00	Longitud
800 ml		
100 ml	18:10	
	18:30	100 ml
110 mv Abs (1,067)	18:50	
Triple	19:00	
200 ml		
1.500 ml	19:20	
400 ml	19:40	

**Cadencia Salto de altura Hombres:**

1,42-1,52-1,62-1,72-1,77-1,82-1,87-1,92-1,97-2,00....De 3 en 3

**Cadencia Salto de altura Mujeres:**

1,33-1,38-1,43-1,48-1,53-1,58-1,61.....De 3 en 3

**Longitud, triple y martillo, tres intento más tres de mejora (8 primer@s)**

**500 m.l. Categorías Benjamín, alevín e infantil**

**Inscripciones: 1 hora antes de cada prueba**

**Precio: 2€ adultos**

**1€ benjamín, alevín, infantil**