



Circular 130 / 2019

- A todos los clubes (para general conocimiento)

XXV LIGA CANARIA DE CLUBES. 3ª JORNADA (1ª CATEGORÍA)

Ciudad Deportiva Arrecife (Lanzarote)

Sábado 29 de junio de 2019

MODIFICADO

MASCULINO	HORA	FEMENINO
110 m.v. / Peso / Triple salto	13:00	Pértiga
	13:15	100 m.v.
3000 m. obst.	13:35	
	13:50	3000 m. obst.
100 m.l.	14:10	
	14:20	100 m.l.
1500 m.l. / Altura	14:30	
	14:35	Peso / Triple salto
	14:40	1.500 m.l
400 m.l	14:50	
	15:05	400 m.l
4x100	15:20	
	15:35	4x100

Las inscripciones para cada una de las jornadas, se deberán formalizar a través de la INTRANET, a un atleta por prueba, hasta el miércoles 26 de junio, a las 22:59 horas.

Normas técnicas:

- **Cadencias:**

Altura masculina: 1'30-1'40-1'50-1'60-1'65-1'70-1'75-1'80 metros y a partir de ahí, de 3 en 3 cms.

Pértiga: Se iniciará en la altura menor posible y se irá de 10 en 10 cms a partir de ahí.

- **Tablas:**

Triple: Se colocarán únicamente dos tablas de batida en el triple salto, siendo la tabla de 8 metros en categoría femenina y 9 metros en categoría masculina las mínimas a solicitar por los atletas.

En San Cristóbal de La Laguna, a 26 de junio de 2019.