



II Trofeo José Luis Torrado Festa HQR! Rías Baixas

Sábado, 28 de decembro de 2024. Centro Galego de Tecnificación Deportiva, Pontevedra.

Organiza: Club Atletismo Rías Baixas, Diario de Pontevedra.

Colabora: ABANCA, CGTD, Federación Galego de Atletismo.

PROGRAMA (o horario poderá sufrir modificacións unha vez recibidas as inscricións)

HOMES		HORA	MULLERES	
500m popular	Absoluto	10:10	sub16 en adiante	L. Martillo
		10:20	Absoluto	500m popular
L. Peso	sub10	10:30	sub10	L. Peso
500m	sub12	10:45	sub12	500m
500m	sub14	11:00		
L. Peso	sub16	11:20	sub14	500m
600m	sub16	11:40	sub14/16	L. Peso
		11:55	sub16	600m
50m	sub10	12:10		
S. Lonxitude	sub14/16	12:30	sub10	50m
L. Peso	sub12	12:50	sub14/16	S. Lonxitude
60m	sub12/14/16	13:20	sub12	L. Peso
		13:50	sub12/14/16	60m
50m popular	sub8	13:55	sub8	50m popular
50m popular	sub6	14:00	sub6	50m popular
50m popular	sub4		sub4	50m popular



- ✓ Hora límite de homologación de artefactos: unha hora antes do comezo da proba.
- ✓ Inscripcións a través da RFEA ata o luns 23 de decembro. A inscrición nas carreiras populares a través da web www.carreirasgalegas.com tamén ate o luns 23 de decembro.
- ✓ As notificacións de baixas ata as 21:00 do martes 24 de decembro ó correo: atleriasbaixas@gmail.com.
- ✓ Nos concursos haberá un máximo de 3 intentos.
- ✓ A táboa do salto de lonxitude estará situada a 2m.
- ✓ Nas carreiras populares poderán participar atletas federados e non federados.
- ✓ No 50m popular establécense 3 categorías:
 - A) Sub8: nados en 2017 e 2018.
 - B) Sub6: nados en 2019 e 2020.
 - C) Sub4: nados en 2021 e posteriores.
- ✓ No 500m popular poderán participar atletas de calquera idade.
- ✓ Autorízase, ós atletas que cambian de categoría na seguinte tempada, a participar coas distancias, medidas e artefactos autorizados da categoría inmediatamente superior.