

# CTO DE ESPAÑA SUB 20 AIRE LIBRE GRANOLLERS 2019

## Información Técnica de interés

*Previsión de progreso desde rondas preliminares hacia la Final*

Información actualizada a 6 de julio 16:00 horas

HOMBRES	Atletas	Ronda1	Semif	Final
100m	45	6(3Q+6q)	3(2Q+2q)	8
200m	48	6(3Q+6q)	3(2Q+2q)	8
400m	21		3(2Q+2q)	8
800m	22		3(2Q+2q)	8
1500m	30		2(4Q+4q)	12
3000m	17			17
110mv	30	4(3Q+4q)	2(3Q+2q)	8
400mv	26		4(1Q+4q)	8
3000obs	17			17
Altura	16			16
Pértiga	16			16
Longitud	17			17
Triple	12			12
Peso	15			15
Disco	12			12
Martillo	12			12
Jabalina	11			11
Decatlón	14			14
10000 Marcha	18			18

MUJERES	Atletas	Ronda1	Semif	Final
100m	45	6(3Q+6q)	3(2Q+2q)	8
200m	32	4(3Q+4q)	2(3Q+2q)	8
400m	14		2(3Q+2q)	8
800m	23		3(2Q+2q)	8
1500m	27		2(4Q+4q)	12
3000m	15			14
100mv	23	cancelado	3(2Q+2q)	8
400mv	21		3(2Q+2q)	8
3000obs	14			15
Altura	14			14
Pértiga	12			12
Longitud	14			14
Triple	15			15
Peso	7			7
Disco	12			12
Martillo	12			12
Jabalina	8			8
Heptatlón	11			11
10000 Marcha	20			20

**NOTA:** Este cuadro podrá variar en función al número de confirmaciones, en cualquier caso se aplicará la normativa publicada en el reglamento internacional

**VELOCIDAD:** Se prevé la posibilidad de utilizar ambas metas para las pruebas de velocidad (100/110v-100ml-200ml). La decisión de decisión de cual se utilizará será determinada por el Juez Árbitro y comunicada al Delegado Federativo 30 minutos antes de la primera carrera de la ronda en cuestión (para todas las carreras de una misma ronda se mantendrá el mismo criterio).

**HORARIO:** Se adjunta horario corregido en base a la participación en el Campeonato

CADENCIA DE ALTURA y PERTIGAS	
<b>ALTURA HOMBRES</b>	1.78 – 1.83 – 1.88 – 1.92 – 1.95 – 1.98 – 2.01 – 2.04 (+2cm)
<b>ALTURA MUJERES</b>	1.50 – 1.55 – 1.58 – 1.61 – 1.64 – 1.67 – 1.70 (+2cm)
<b>PERTIGA HOMBRES</b>	4.20 – 4.35 – 4.50 – 4.60 – 4.70 – 4.80 – 4.90 – 5.00 – 5.10 (+6cm)
<b>PERTIGA MUJERES</b>	3.15 – 3.30 – 3.45 – 3.60 – 3.70 – 3.80 – 3.90 – 4.00 (+6cm)

**EQUIPACIÓN:** Se recuerda a todos los participantes la obligatoriedad de participar con la equipación oficial de los respectivos clubes. El incumplimiento de esta normativa podrá ser motivo de descalificación.

**RECOGIDA DE DORSALES Y CONFIRMACIONES:** En el Centro de Acreditaciones de la Instalación en el siguiente horario:

- **Pruebas del sábado mañana:** Viernes desde las 18:00 hasta las 21:00
- **Pruebas del sábado tarde:** Antes de las 12:00 del sábado
- **Pruebas del domingo mañana:** Antes de las 21:00 del sábado
- **Pruebas del domingo tarde:** Antes de las 12:00 del domingo

**HOMOLOGACIÓN DE ARTEFACTOS:** Los artefactos personales deberán ser entregados en la Dirección Técnica para su homologación en el siguiente horario:

Antes de las 21:00 horas del viernes 5 para las finales del sábado mañana.

Antes de las 12:00 horas del sábado 6 para las finales del sábado tarde

Antes de las 21:00 horas del sábado 6 para las finales del domingo mañana.

Antes de las 12:00 horas del domingo 7 para las finales del domingo tarde.

**PRECAUCIÓN ANTE CONDICIONES METEREOLÓGICAS:** Debido a las condiciones meteorológicas de calor que se esperan para el fin de semana, pedimos a los atletas que tengan en cuenta las siguientes medidas:

- *Hidratación: beber líquidos, evitando bebidas alcohólicas, azucaradas o con cafeína.*
- *Comidas ligeras, ensaladas, frutas, etc.*
- *Usar crema solar y gorra, así como buscar sombra en aquellas zonas que se pueda.*
- *En caso de malestar acudir a los servicios médicos.*

**En caso de imposibilidad de confirmar por cualquier motivo o para cualquier aclaración al reglamento se puede contactar antes de finalizar el plazo con el Delegado Federativo (Ignacio Mansilla 699669102).**