



DELEGACIÓ DE MALLORCA

HORARI CONTROL BJ-AL-IF

26.03.2011 Príncipes de España (Palma)
10 hores

BJF	BJM	ALF	ALM	IFF	IFM
				3qmx	
		60T		Perxa	
		▼	60T		
		Llargada	▼	80T	
		▼	Pilota	▼	80T
			▼		▼
50T		Pilota		Alçada	
▼	50T	▼	Llargada	500	
Llargada	▼		▼		500
▼	Pilota	1000		disc	
Pilota	▼	▼	1000	▼	javelina
▼	Llargada		▼	javelina	▼
500	▼			▼	disc
	500				▼
		4x60			
			4x60		
				4x80	
					4x80

No començarà cap prova fins que hagi finalitzat l'anterior (sempre que sigui possible).

CURSES:

- Totes les sortides es donaran amb xiulet i banderola.
- A la categoria BJ, AL i IF [no velocitat]: dempeus (llests→xiulada).
- A la categoria IF [velocitat]: ajupits sense tacs de sortida (als seus llocs→llests→xiulada).
- Tanques: 50T/5/0,40/11,00-6,00(BJ); 60T/6/0,50/11,50-7,00(AL); 80T/8/0,60/12,30-7,50(AL).
- Als relleus podran córrer junts atletes de diferents equips i categories (al resultats només sortiran els equips amb els integrants del mateix sexe i categoria).

CONCURSOS:

- Alçada: 0,90-0,95-1,00+5cm(IF); 2 intents a cada alçada
- Perxa: 1,40-1,50-1,60+10cm(IF); 2 intents a cada alçada
- Llargada: Fos 20cm(BJ)-1m(AL); mesura cada 10cm; 3 intents
- Pilota: 200g(BJ)-300g(AL); mesura cada 1m; 3 intents
- Disc: 800g(IF); mesura cada 1m; 3 intents
- Javelina: 400g(IFF)-500g(IFM); mesura cada 1m; 3 intents

**Màxim de proves per atleta BJ-AL-IF:
Totes + relleus (marcar amb una X a la fulla d'inscripció)
Darrer dia d'inscripció: dimecres, 23 de març**