



PROGRAMA C
PREBENJAMIN, BENJAMIN, ALEVIN E INFANTIL

LOGROÑO 13/03/2010
LOGROÑO 27/03/2010
FINAL - HARO 08/05/2010

HORARIO APROXIMADO

CHICOS	HORA	CHICAS
Longitud AL	10:00	500 BJ, AL e IN
Peso PB (1 KG.goma)	10:00	Peso PB (1 kg. goma)
500 BJ, AL e IN	10:15	
300 PB	10:30	300 PB
	10:35	Longitud AL
Peso BJ y AL (1kg.goma y 2 kg.)	10:45	150 m. IN
150 IN	11:00	
Marcha BJ, AL e IN (0,5-1 y 2 km.)	11:15	
	11:30	Peso AL y BJ (2 kg. y 1 kg. goma)
Altura IN (1,10-1,20-1,30 y 5)	11:40	Marcha BJ, AL e IN (0,5-1 y 2 km.)
	12:00	
50 m. v. BJ (0.50- 9.56-9.14-14.02)	12:10	Disco IN (800 g.)
	12:15	50 mv. BJ (0.50-9.56-9.14-14.02)
60 m. v. AL (0.50-9,42-9,14-14,02)	12:30	Longitud IN
Disco IN (800 g.)	12:30	
	12:45	60 m. v. AL (0.50-9.42-9.14-14.02)
Relevos 4x60 AL y BJ	13:00	
Longitud PB	13:05	Longitud PB
	13:15	Relevos 4x60 AL y BJ