

CAMPEONATO DE LA RIOJA ABSOLUTO INDIVIDUAL
C.T.D. ADARRAGA - SABADO 4 Y DOMINGO 5 DE JUNIO DE 2011

HORARIO SABADO 4

TARDE				
HOMBRES	ENTRADA CÁMARA	SALIDA PISTA	HORA PRUEBA	MUJERES
MARTILLO (7,260 Kg).	16,50	17,00	17,30	
PÉRTIGA	17,20	17,30	18,00	
	17,35	17,45	18,15	DISCO (1 Kg)
1.500 m.l.	18,00	18,10	18,20	
LONGITUD	17,50	18,00	18,30	
	18,10	18,20	18,30	400 m.l.
400 m.l.	18,20	18,30	18,40	
100 m.l. SEMIFINAL	18,30	18,40	18,50	
	18,20	18,30	19,00	ALTURA
	18,45	18,55	19,05	100 m.l. SEMIFINAL
	18,30	18,40	19,10	JABALINA (600 g)
	19,00	19,10	19,20	1.500 m.l.
	19,00	19,10	19,40	TRIPLE
100 m.l. FINAL	19,20	19,30	19,40	
	19,30	19,40	19,50	100 m.l. FINAL
3.000 m.l.	19,40	19,50	20,00	
PESO (7,260 Kg)	19,30	19,40	20,10	
	20,00	20,10	20,20	3.000 m.l.

Se clasificarán para las finales del 100 ml. las 6 mejores marcas riojanas de las semifinales más las 2 mejores marcas restantes realizadas por todos los participantes en las semifinales.

HORARIO DOMINGO 5

MAÑANA				
CÁMARA DE LLAMADAS				
HOMBRES	ENTRADA CÁMARA	SALIDA PISTA	HORA PRUEBA	MUJERES
	9,50	10,00	10,30	MARTILLO (4 Kg)
5 Km Marcha (CALLE 6)	10,30	10,40	10,50	
	10,30	10,40	10,50	3.000 m. Obstáculos (0.760)
	11,00	11,10	11,20	5 Km Marcha (CALLE 6)
3.000 m. Obstáculos	11,00	11,10	11,20	
ALTURA	10,50	11,00	11,30	
DISCO (2 Kg)	10,50	11,00	11,30	
TRIPLE	10,50	11,00	11,30	
	11,20	11,30	11,50	100 m.v. (0.84 - 13.00 - 8.50 - 10.50)
110 m.v. (1.067 - 13.72 - 9.14 - 14.02)	11,40	11,50	12,10	
	11,40	11,50	12,20	PESO (4 Kg)
	12,00	12,10	12,20	800 m.l.
800 m.l.	12,10	12,20	12,30	
	12,00	12,10	12,40	LONGITUD
	12,20	12,30	12,40	200 m.l.
200 m.l.	12,30	12,40	12,50	
	12,20	12,30	13,00	PÉRTIGA
JABALINA (800 g)	12,20	12,30	13,00	
	12,40	12,50	13,05	400 m.v. (0.762)
400 m.v. (0.914)	12,55	13,05	13,20	

Es necesario realizar inscripción previa por medio de INTRANET.

Fecha límite de inscripción: Jueves 2 de Junio a las 20:00 h.