

REGIONAL 2019

MEDIO FONDO

EVALUATIVO NACIONAL

ASPECTOS GENERALES:

El Regional de Medio Fondo y Fondo, se realizara en la ciudad de Valdivia, el día Sábado 16 de febrero del año en curso, en la Pista del Estadio Parque municipal de Valdivia.

Este evento será una manera de determinar prospectos de quienes nos representaran en el Nacional de estas especialidades 2019.

INSCRIPCIONES:

Las inscripciones son de responsabilidad de los Técnicos que tengan atletas involucrados, esto con el fin de poder determinar las series con los deportistas que correspondan, y una base de datos 2019, estas inscripciones deben traer marca referencial (2018) INSCRIPCION A TRAVES DE PLATAFORMA www.usplat.com Inicio 6 de febrero, FECHA LIMITE Jueves 14 de febrero. LA PRUEBA PROMOCIONAL 600 MT SE HACE INSCRIPCION EN PISTA.

DE LOS ATLETAS:

Pueden participar atletas desde la Categoría Federada CADETE año 2005 y anteriores. Los atletas deberán competir en tenuta deportiva acorde al Evento, en especial aquellos que representen a un club de nuestra asociación.

PRUEBAS: Damas y Varones:

- 300/400 metros planos
- 600 metros planos (2006-2008)
- 800 metros planos
- 1.500 metros planos
- 3.000 metros planos

CONTROL DE LA COMPETENCIA:

La competencia será controlada por jueces de la asociación y técnicos de dicha entidad, así como asistentes y ayudantes. El evento será con CRONOMETRAJE ELECTRONICO.

CALENTAMIENTO:

Se debe realizar fuera de la pista y hacer ingreso solamente cuando sea el llamado pertinente.

PROGRAMA HORARIO
REGIONAL MEDIO FONDO Y FONDO
REGION DE LOS RIOS, VALDIVIA.

HORAS	PRUEBAS	CATEGORIA
10:00	1500 METROS PLANOS	DAMAS
10:20	1500 METROS PLANOS	VARONES
10:40	600 METROS PLANOS	DAMAS (2006-2007-2008)
10:50	600 METROS PLANOS	VARONES (2006-2007-2008)
11:00	800 METROS PLANOS	DAMAS
11:10	800 METROS PLANOS	VARONES
11:20	3000 METROS PLANOS	DAMAS
11:45	3000 METROS PLANOS	VARONES
12:00	300 METROS PLANOS	DAMAS CADETE
12:10	300 METROS PLANOS	VARONES CADETE
12:20	400 METROS PLANOS	DAMAS
12:30	400 METROS PLANOS	VARONES