

XXX CAMPIONATO GALEGO DE ATLETISMO ADAPTADO

VILAGARCÍA 2026

 Pista de Atletismo Fontecarmoa, Vilagarcía

 Mércores 13 de Maio de 2026

 11:00 a 14:30 horas

INFORMACIÓN XERAL

LUGAR	DATA	HORARIO	INSCRICIÓN
Pista de Atletismo Fontecarmoa, Vilagarcía	Mércores 13 de Maio de 2026	11:00 a 14:30 horas	Data límite: Martes 5 de Maio de 2026



Documentación necesaria: Licencia do ano 2026 da FGDA

INSCRICIÓN — LÍMITES POR CLUB

PROBA	MÁXIMO POR CATEGORÍA
Concursos (Saltos e Lanzamentos)	2 atletas por categoría
Carreiras de 60, 80, 100, 150 e 200 m.	2 atletas por categoría
Carreiras de 400 e 800 m.	3 atletas por categoría
Carreiras de 1.500 e 3.000 m.	Sen límite

PARTICIPACIÓN MÁXIMA POR ATLETA

Competición, Master, Físicos e PC's	Máximo 2 carreiras + 1 salto ou lanzamento
Adaptada e SDown	Máximo 1 carreira + 1 salto ou lanzamento
Xogo	Só 1 proba

CATEGORÍAS E PROBAS

CATEGORÍA	IDADE	PROBAS
Competición (masc. e fem.)	-15	80m · 150m · 300m · 1.500m · Salto Long. · Lanz. Peso (4/3 kg)
Competición, Master, Físicos, PC's	+15	100m · 200m · 400m · 800m · 1.500m · 3.000m · Salto Long. · Lanz. Peso (7.2/4 kg. En Físicos y Pc's adaptarase á clasificación correspondente) · Xavelina · 4x100
Adaptada (masc. e fem.)	-15	60m · 150m · 800m · Salto Long. · Lanz. Peso (3/2 kg)
Adaptada e SDown (masc. e fem.)	+15	60m · 150m · 400m · 800m · Salto Long. · Lanz. Peso (4/3 kg)
Xogo (masc. e fem.)	-15 / +15	60m · 150m · 400m · Lanz. Peso (bola petanca)

MARCAS MÁXIMAS — ADAPTADA e SDOWN

Superar estas marcas implica quedar descualificado da proba ("fora de nivel").

ADP MASCULINA	PROBA	ADP FEMININA
9" 50	60 metros	12"
25"	150 metros	30"
1' 05"	400 metros	1' 20"
2' 41"	800 metros	3' 15"
10,20 m.	Lanz. Peso	8,65 m.
4 m.	Salto Lonxitude	3 m.

MARCAS MÁXIMAS — CATEGORÍA XOGO

Superar estas marcas implica quedar descualificado da proba ("fora de nivel").

XOGO MASCULINO	PROBA	XOGO FEMININO
11"	60 metros	13" 50
30"	150 metros	35"
1' 30"	400 metros	1' 50"
12 m.	Lanz. Peso (bola petanca)	12 m.

OBSERVACIÓNS IMPORTANTES

- As probas comezarán rigorosamente no horario establecido. As probas non se recuperarán por retrasos.
- Os autocares da FGDA non saen ata finalizar por completo o Campionato.