

V Campeonato Nacional Sub 23  
Mar del Plata, 16 y 17 de agosto

Sábado 16

|        |                            |        |
|--------|----------------------------|--------|
| 09.45. | 100 mts con vallas Damas   | Series |
|        | Jabalina Damas             | Final  |
| 10.15. | 110 mts con vallas Varones | Series |
| 10.45. | 100 mts llanos Varones     | Series |
| 11.00. | 100 mts llanos Damas       | Series |
| 11.15. | 400 mts llanos Varones     | Series |
|        | Jabalina Varones           | Final  |
| 11.30. | 400 mts llanos Damas       | Series |
| 11.45. | 10.000 mts llanos Damas    | Final  |
|        | Largo Damas                | Final  |
| 14.15. | Garrocha Varones           | Final  |
|        | Disco Damas                | Final  |
| 14.30. | 100 mts con vallas Damas   | Final  |
| 14.45. | 110 mts con vallas Varones | Final  |
| 15.00. | 100 mts. llanos Varones    | Final  |
| 15.15. | 100 mts. llanos Damas      | Final  |
| 15.30. | 400 mts llanos Varones     | Final  |
|        | Disco Varones              | Final  |
|        | Largo Varones              | Final  |
| 15.45. | 400 mts llanos Damas       | Final  |
| 16.00. | 1.500 mts llanos Varones   | Final  |
| 16.15. | 1.500 mts llanos Damas     | Final  |
| 16.30. | 10.000 mts Varones         | Final  |
| 17.10. | Posta 4x100 mts Varones    | Final  |
| 17.20. | Posta 4x100 mts Damas      | Final  |

Domingo 17

|        |                                  |        |
|--------|----------------------------------|--------|
| 10.00. | 400 mts con vallas Varones       | Series |
| 10.15. | 400 mts con vallas Damas         | Series |
|        | Triple Varones                   | Final  |
|        | Bala Varones                     | Final  |
| 10.30. | 200 mts llanos Varones           | Series |
| 10.45. | 200 mts llanos Damas             | Series |
| 11.00. | 800 mts llanos Varones           | Series |
| 11.15. | 800 mts llanos Damas             | Series |
|        | Triple Damas                     | Final  |
| 11.30. | 3.000 mts con Obstáculos Varones | Final  |
|        | Martillo Damas                   | Final  |
| 11.45. | 3.000 mts con Obstáculos Damas   | Final  |
| 12.00. | 20.000 m Marcha Varones y Damas  | Final  |
| 14.30. | Alto Varones                     | Final  |
|        | Garrocha Damas                   | Final  |
|        | Martillo Varones                 | Final  |
| 14.45. | 400 mts con vallas Varones       | Final  |
| 15.00. | 400 mts con vallas Damas         | Final  |
| 15.15. | 200 mts llanos Varones           | Final  |
| 15.30. | 200 mts llanos Damas             | Final  |
| 15.45. | 800 mts llanos Varones           | Final  |
|        | Alto Damas                       | Final  |
|        | Bala Damas                       | Final  |
| 16.00. | 800 mts llanos Damas             | Final  |
| 16.15. | 5.000 mts llanos Damas           | Final  |
| 16.40. | 5.000 mts llanos Varones         | Final  |
| 17.10. | Posta 4x400 mts Varones          | Final  |
| 17.20. | Posta 4x400 mts Damas            | Final  |

### **Alturas Iniciales y sucesivas**

En las competencias de salto en alto varones la varilla se ubicará inicialmente a 1.80 subiendo de cinco en cinco hasta 2.00. De allí se elevará de tres en tres hasta 2.06 y en adelante cada dos centímetros. (1.80, 1.85, 1.90, 1.95, 2.00, 2.03, 2.06, 2.08, 2.10, 2.12).

En salto en alto damas el listón será colocado al comienzo a 1.50 mts. subiendo de cinco en cinco hasta 1.60. De allí se incrementará la altura de tres en tres hasta 1.69 y en adelante cada dos centímetros. (1.50, 1.55, 1.60, 1.63, 1.66, 1.69, 1.71, 1.73, 1.75, 1.77)

En salto con garrocha varones la varilla se colocará inicialmente a 3.80 subiendo de diez en diez hasta 4.50. De allí se subirá de cinco en cinco. En damas la altura inicial será de 3.00. Luego se elevará de diez en diez hasta 3.60. Posteriormente de cinco en cinco.

**Inscripciones:** Deben remitirse hasta el día 13 de agosto a la entidad Organizadora, la Asociación Marplatense de Atletismo. Fax: (0223) 4816665  
La ratificación de las mismas se hará el viernes 15 a las 18 hs en el Hotel.  
Contacto: Dr. Jorge De la Canale TE: (0223) 480-1676  
E-Mail: [atletismomdq@speedy.com.ar](mailto:atletismomdq@speedy.com.ar)

Informamos que el alojamiento de las delegaciones se hará en el HOTEL CADI, Las Heras 2699 (frente a la terminal de ómnibus)  
Las reservas se deben efectuar al Sr. Santamaría TE: (0223) 4942681  
E-Mail: [belen@dsar.com.ar](mailto:belen@dsar.com.ar)  
El costo por día, incluido comidas y desayuno es de \$98.