

9a. Jornada

16 de maig de 2009

	Pista 1	Sant Celoni	
10,00	1500 m.ob. CM	Llargada CF-IF Javelina CM	Disc CF
10,15	1000 m.ob. IM		
10,30	1000 m.ll. CF - IF		
10,40	600 m.ll. CM		
10,50	600 m.ll. CF		Perxa IF-AF-AM
11,05	2000 m.m. AF/AM		
11,15	400 JvM	Llargada CM-IM Javelina CF	
11,35	3000 m.ll. IM		
11,50	3000 m.ll. IF		
12,05	60 m.ll. AM		
12,25	60 m.ll. AF		Disc JvM
12,30		Triple IM Pes AF-AM Alçada BM-BF	
12,45	600 m.ll. AM		
13,00	600 m.ll. AF		
13,15	60 m.ll. BM		
13,30	60 m.ll. BF		

ATENCIÓ:

Dins la pista només poden estar els atletes que estiguin disputant una prova

Els entrenadors i monitors han de guiar als seus atletes des de la corda exterior de la pista

Els familiars i acompanyants haurien de ubicar-se a la grada, mai per la corda exterior de la pista

Les inscripcions en els concursos es realitzaran a la mateixa prova 15 minuts abans del seu inici

En les curses cal presentar-se com a molt tard 10 minuts abans de l'inici de les proves

En les arribades de les curses s'agafaran els noms dels atletes