

**CAMPIONATO COMARCAL
ESCOLAR**

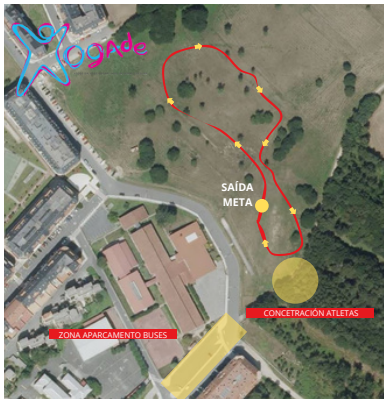


CAMPO A TRAVÉS

**XOVES 16 DE XANEIRO 2025
A PARTIR DAS 11:00 H**

Explanada IES Xulián Magariños (Negreira)





HORARIOS

- 11:00 h. Benxamín fem.: 500 m. (1 volta circuito)
- 11:10 h. Benxamín masc.: 500 m. (1 volta circuito)
- 11:20 h. Alevíns fem.: 1000 m. (2 voltas circuito)
- 11:30 h. Alevíns masc.: 1000 m. (2 voltas circuito)
- 11:45 h. Infantil fem.: 1.500 m. (3 voltas circuito)
- 12:00 h. Infantil masc.: 1.500 m. (3 voltas circuito)
- 12:15 h. Cadete fem.: 1.500 m. (3 voltas circuito)
- 12:35 h. Cadete masc.: 1.500 m. (3 voltas circuito)

CATEGORÍAS

- Benxamín: 2017-2016
- Alevíns: 2015-2014
- Infantil: 2013-2012
- Cadete: 2011-2010

ENTREGA MEDAIAS: 13:00 H

COUSAS A TER EN CONTA PARA A PROBA DE CAMPO A TRAVÉS

1



TRAE ROUPA ADECUADA
PARA A CARREIRA

2



USA ZAPATILLAS DE
DEPORTES, NO CASO DE TER
ZAPATILLAS CON CLAVOS
PODES UTILIZALAS

3



CORRE A UN RITMO
ADECUADO, TEN EN CONTA
AS DISTANCIAS

4



TRAE UNHA BOTELLA DE AUGA,
É IMPORTANTE ESTAR BEN
HIDRATADO

5



UNHA VEZ REMATADA A
PROBA, PON ROUPA DE
ABRIGO

6



PROHIBIDO TIRAR LIXO
EN TODO O RECINTO

7



PARA DESPOIS DA
CARREIRA PODES TRAE
ALGUNHA PEZA DE FRUITA

8



EN CASO DE LESIÓN AVISA O TEU
PROFESOR/A OU AOS
RESPONSABLES DA CARREIRA