

TORNEO COPA O'HIGGINS  
 SÁBADO 12 DE AGOSTO DE 2006  
 BASES

Las Inscripciones de pista se realizarán en Secretaría hasta 45 minutos antes del inicio de la prueba.

Los atletas deben competir obligatoriamente con el uniforme de su club.

Los Entrenadores no deben ingresar al lugar de competencia.

Las inscripciones de Saltos y Lanzamientos se realizarán en el lugar de la prueba.

En las pruebas de Lanzamientos se competirá con los implementos de Adultos y Menores

Los Atletas Menores deben presentarse en los fosos de lanzamientos, con los implementos de su categoría debidamente controlados en su peso, en todo caso, solo los dos mejores menores pasarán a la ronda final con tres lanzamientos más.

En las pruebas de vallas se acondicionarán andariveles para los Atletas Menores que lo soliciten en el momento de su inscripción.

Se premiará a las mejores marcas técnicas de Damas y Varones.

Se encarece a todos los Atletas participantes y público en general, no retirarse hasta que haya finalizado el torneo, para darle el realce que se merece a la entrega de estímulos.

(Cel.:09-2347840 o enriquecordovac@yahoo.es para cualquier consulta)

**MARCAS MÍNIMAS DE PARTICIPACIÓN**

<b>DAMAS</b>	
100 m. pl.	14.50
200 m. pl.	29.60
400 m. pl.	71.00
800 m. pl.	2.55.00
1.500 m. pl.	5.50.00
5.000 m. pl.	21.30.00
100 m. vallas	18.60
400 m. vallas	76.00
3.000 Obstáculos	s / m
S. Largo	4.20
S. Triple	9.00
S. Alto	1.35
S. Garrocha	2.20
L. Bala	7.20
L. Disco	22.50
L. Jabalina	22.50
L. Martillo	24.50

<b>VARONES</b>	
100 m. pl.	11.90
200 m. pl.	24.70
400 m. pl.	57.00
800 m. pl.	2.15.00
1.500 m. pl.	4.40.00
5.000 m. pl.	18.00.00
110 m. vallas	18.60
400 m. vallas	66.00
3.000 Obstáculos	11.30.00
S. Largo	5.45
S. Triple	11.00
S. Alto	1.60
S. Garrocha	3.20
L. Bala	9.00
L. Disco	27.00
L. Jabalina	38.00
L. Martillo	32.00

## PROGRAMA HORARIO COPA O'HIGGINS

SÁBADO 12 DE AGOSTO DE 2006  
LUGAR : ESTADIO MANQUEHUE  
ORGANIZA : ESCUELA MILITAR

### PROGRAMA HORARIO ESTADIO NACIONAL

11:00	horas	LANZAMIENTO MARTILLO	DAMAS	FINAL
11:30	horas	LANZAMIENTO MARTILLO	VARONES	FINAL

### PROGRAMA HORARIO ESTADIO MANQUEHUE

13:30	horas	5000 METROS PLANOS	DAMAS	FINAL C/T
		SALTO CON GARROCHA	DAMAS	FINAL
		SALTO TRIPLE	VARONES	FINAL
		LANZAMIENTO JABALINA	DAMAS	FINAL
		LANZAMIENTO BALA	VARONES	FINAL
13:35	horas	100 METROS VALLAS	DAMAS	FINAL C/T
13:45	horas	110 METROS VALLAS	VARONES	FINAL C/T
14:00	horas	5000 METROS PLANOS	VARONES	FINAL C/T
		100 METROS PLANOS	DAMAS	SERIES
14:15	horas	100 METROS PLANOS	VARONES	SERIES
		SALTO TRIPLE	DAMAS	FINAL
		LANZAMIENTO JABALINA	VARONES	FINAL
14:20	horas	SALTO CON GARROCHA	VARONES	FINAL
		LANZAMIENTO BALA	DAMAS	FINAL
14:40	horas	800 METROS PLANOS	DAMAS	FINAL C/T
14:50	horas	800 METROS PLANOS	VARONES	FINAL C/T
15:00	horas	SALTO LARGO	VARONES	FINAL
15:05	horas	1500 METROS PLANOS	DAMAS	FINAL
15:10	horas	LANZAMIENTO DISCO	DAMAS	FINAL
15:15	horas	1500 METROS PLANOS	VARONES	FINAL
15:30	horas	SALTO ALTO	DAMAS	FINAL
15:35	horas	100 METROS PLANOS	DAMAS	FINAL
15:40	horas	100 METROS PLANOS	VARONES	FINAL
15:50	horas	400 METROS VALLAS	DAMAS	FINAL C/T
16:00	horas	400 METROS VALLAS	VARONES	FINAL C/T
		LANZAMIENTO DISCO	VARONES	FINAL
16:10	horas	SALTO LARGO	DAMAS	FINAL
16:15	horas	400 METROS PLANOS	DAMAS	FINAL C/T
16:20	horas	SALTO ALTO	VARONES	FINAL
16:25	horas	400 METROS PLANOS	VARONES	FINAL C/T
16:50	horas	3000 METROS OBSTÁCULOS	VARONES	FINAL
17:05	horas	200 METROS PLANOS	DAMAS	FINAL C/T
17:15	horas	200 METROS PLANOS	VARONES	FINAL C/T

Nota : la prueba de 5000 mts. Planos Damas y Varones será con cronometraje Manual.