

HORA	Carrera	Salto	Lanz. Peso
10'00	50 ml Ben	Altura Cad fem y Masc	Cad Fem e Inf (3Kg)
10'15	60 ml Ale		
10'20	80 ml Inf		
10'30	100 ml Cad Fem y Masc	Longitud Inf	Cad Masc (4Kg)
10'45	500 ml Ben		Ale (2Kg)
11'00	1000 Inf	Longitud Ben y Ale	
11'15	1000 Cad Fem y Masc		Benj (B. Med 1Kg)
11'30	1000 Ale	Longitud Cad Fem y Masc	
11'45	150 ml Inf	Altura Inf	
12'00	300 ml Cad Fem y Masc		
12'15	4x50 Ben en recta		
12'30	4x60 Ale en recta		
12'45	5x80 Inf		
13'00	4x100 Cad Fem		
13'05	4x100 Cad Masc		

- Puede haber hasta dos equipos por categoría y Entidad con derecho a podio.

- Los equipos estarán formados por cuatro atletas excepto en la categoría Infantil que serán 5 (en caso contrario no se podría realizar el relevo)

- Precisamente y para poder conformar con los menos problemas posibles los equipos, la categoría infantil también será mixta al igual que en Benjamín y Alevín.

En los concursos habrá 4 intentos en todas categorías.

En categorías Benjamín y Alevín el relevo se realizará en la recta de meta con ida y vuelta de Los atletas hasta competir Los cuatro relevos.

Los atletas pueden hacer hasta dos pruebas siendo una de ellas el relevo.