



ÁREA DEPORTIVA

CIRCULAR Nº 9/2024

Madrid, 23 de abril de 2024

Para General conocimiento de Socios, Atletas, Entrenadores

ATLETAS SELECCIONADAS PARA LA 2ª JORNADA DE LIGA DE 1ª DIVISIÓN NACIONAL FEMENINA ABSOLUTA DEL 5 DE MAYO DE 2024

El próximo domingo 5 de mayo de 2024 por la mañana se celebrará en la pista de Huesca la segunda jornada de liga de primera división nacional femenina.

Para dicha competición es necesario cubrir una serie de pruebas para poder participar y conseguir el mejor resultado posible para el club. Para ello el club a criterio de los entrenadores y del director deportivo ha decidido seleccionar a l@s atletas que se exponen al final de esta circular.

- Todas las atletas deberán estar mínimo una hora antes del comienzo de su prueba y deberán **llevar el DNI.**
- Al tratarse de una liga nacional la asistencia es obligatoria, por tanto, todas las atletas seleccionadas tienen que **confirmar su asistencia antes del 25/04/2024**, enviando email de confirmación al siguiente email: delegado@adsprint.org o por whatsapp al 636046864.
- Es **obligatorio llevar la equipación oficial del club** en su totalidad, pues el reglamento especifica claramente que sino la atleta será descalificada.

HORARIO ENCUENTROS JORNADA DE MAÑANA				
Cámara de Llamadas		Salida Pista	Hora	Prueba
Apertura	Cierre			
9:20	9:25	9:30	10:00	Lanzamiento de Martillo
9:15	9:20	9:25	10:15	Salto con Pértiga
9:50	9:55	10:00	10:30	Salto de Longitud
10:35	10:30	10:35	10:40	5000 m marcha
10:35	10:40	10:45	11:15	Lanzamiento de Disco
11:20	11:25	11:30	11:35	100 m extra
11:10	11:15	11:20	11:50	Salto de Altura
11:40	11:45	11:50	11:55	3000 m
11:50	11:55	12:00	12:10	400 m vallas
11:30	11:35	11:40	12:10	Triple Salto
12:05	12:10	12:15	12:20	400 m
12:15	12:20	12:25	12:30	800 m
11:50	11:55	12:00	12:30	Lanzamiento de Jabalina
12:00	12:05	12:10	12:40	Lanzamiento de Peso
12:25	12:30	12:35	12:40	200 m
12:30	12:35	12:40	12:50	100/110 m vallas
12:45	12:50	12:55	13:00	100 m
12:55	13:00	13:05	13:10	1500 m
13:05	13:10	13:15	13:20	3000 m obstáculos
13:15	13:20	13:25	13:35	4x100 m
13:25	13:30	13:35	13:45	4x400 m



EQUIPO SELECCIONADO

PRUEBA	CHICAS
100ML	SILVIA SANJUAN
100ML	SILVIA SUAZO
200ML	SILVIA SUAZO
200ML	NAIALA PEDRO (Sanse)
400ML	OLGA TUZAYAMO
400ML	RAQUEL BENEDE
800ML	IVANA ZAGORAC
800ML	MARTA DE LA CAL
1500ML	IVANA ZAGORAC
1500ML	PAULA GARCIA
3000ML	MARIA GONZALEZ
3000ML	SLAYA ZAGORAC
100MV	ANDREA MEDINA
100MV	MARTA GONZALEZ
400MV	ALBA VALERIA VALENCIANO
400MV	ISABEL PALANCAR
3000OBS	LORENA LORENZO
3000OBS	LAURA RAMOS
LONGITUD	ANDREA MEDINA
LONGITUD	DANIELA IGLESIAS (Colmenar Viejo)
TRIPLE	SILVINA ITATTI
TRIPLE	CARLA RODRIGUEZ
PERTIGA	ROCIO ORTEGA
PERTIGA	ANGELA RABADAN
ALTURA	DANIELA RUBIO
ALTURA	NOELIA MARTINEZ
PESO	IRENE RODRIGUEZ
PESO	PRISCILLA FOUNDS
DISCO	MARTA GONZALEZ
DISCO	DELIA VELASCO
MARTILLO	IRIS SANCHEZ
MARTILLO	NOELIA LOPEZ
JABALINA	PRISCILLA FOUNDS
JABALINA	MARIA MAR VELASCO
5K MARCHA	ELSA MOLINA
5K MARCHA	LUCIA CORRAL
4X100	ANA RODRIGUEZ
4X100	HANNAH AIDEN GONZALEZ
4X100	SILVIA SANJUAN
4X100	ESTEFANIA TRIGUERO
4X400	RAQUEL BENEDE
4X400	OLGA TUZAYAMO
4X400	GABRIELA JIMENEZ
4X400	MARTINA GUIJARRO



PLAN DE VIAJE

- **SALIDA:** Sábado 4 de mayo, desde el Polideportivo Martín Temiño (pista de entrenamiento del club sede Fuencarral)
 - HORA DE SALIDA: 14.00h (hay que venir ya comidos)
 - TRANSPORTE: Autocar

- **ALOJAMIENTO:** Hotel Esperanza ([P.º de Ramón y Cajal, 22191 Huesca](#))

- **DIETAS:**
 - **Cena sábado, desayuno domingo:** en hotel
 - **Comida domingo:** bocadillos antes de salir

- **REGRESO:** Una vez terminada la competición regresaremos en el autocar hasta Madrid, con hora aproximada de llegada 20:30h, aunque se irá avisando en función de la hora de salida.

- El desplazamiento, comida y cena correrán a cargo del club siempre que sean realizados en el plan de viaje indicado.