

XIX MÍTING INTERNACIONAL D'ATLETISME PALA FRUGELL-COSTA BRAVA

Estadi Municipal Josep Pla Arbonès, dissabte 29 de maig de 2010

MARCAS MÍNIMAS

Hombres

	Mínimas de participación	Mínimas de invitación
100 m	sin mínima	10.50
400 m	49.74	47.00
1500 m	3:55.0	3:39.00
110/100 m vallas	15.24	14.00
4 x 100 m	participación por invitación	
4 x 400 m	participación por invitación	
longitud	7,00	7,70
disco	44,00	52,00

Dones

	Mínimas de participación	Mínimas de invitación
100 m	sin mínima	11.85
400 m	58.44	54.00
1500 m	4:42.0	4:19.00
100 m vallas	15.24	13.95
4 x 100 m	participación por invitación	
4 x 400 m	participación por invitación	
altura	1,65	1,78
longitud	5,70	6,15
disco	38,00	50,00

notes.-

- Los clubes pueden proponer la participación de atletas **sin marca mínima** hasta el **miércoles 19 de mayo**. La organización publicará las listas finales de participantes a partir del **martes 25 de mayo**.
- Cualquier atleta que la temporada 2009 o 2010 haya realizado la **marca mínima de invitación** recibirá una **ayuda de viaje**. Esta ayuda se aplicará igualmente a las **tres mejores marcas del ranking catalán 2009** y a los/las **campeones de Catalunya absolutos 2009** de las pruebas programadas.