



Club Atlètic
Palafrugell

50 anys (1971-2021)



ajuntament de
palafrugell



PENTATLÓ DE LLANÇAMENTS SOCIAL

El Club Atlètic Palafrugell, amb la col·laboració de la Federació Catalana d'Atletisme, sota el control tècnic del Comitè Català de Judges de la FCA, organitza pel proper **dissabte 20 de març de 2021** un pentatló de llançaments social a l'Estadi Josep Pla i Arbonès de Palafrugell segons el següent Reglament:

1. Poden participar-hi tots els/les atletes i socis del club a partir de la categoria sub18 amb la llicència federativa degudament tramitada per a la temporada en curs.
2. Les inscripcions hauran de fer-se a través dels respectius entrenadors fins al divendres 19 de març.
3. Les possibles reclamacions hauran de fer-se verbalment al Jutge Àrbitre fins 30 minuts després d'haver-se fet públic el resultat o produït l'incident.
4. Tot allò no previst en el present Reglament es regirà per les normes de la FEDERACIÓ CATALANA D'ATLETISME.
5. La sola participació en aquesta competició implica la total acceptació del present Reglament.

Normes tècniques:

- Cada atleta disposarà de tres intents a cada llançament.
- Els pes dels artefactes serà el corresponent per a cada categoria d'edat.

Homes	sub18	sub20	Abs+M35-45	M50-55	M60-65	M70-75	
Pes	5	6	7,26	6	5		4
Disc	1,5	1,75	2	1,5	1		1
Martell	5	6	7,26	6	5		4
Javelina	700	800	800	700	600		500
Martell pesat	9,08	11,34	15,88	11,34	9,08		7,26

Dones	sub18	Abs+F35-45	F50-55
Pes	3	4	3
Disc	1	1	1
Martell	3	4	3
Javelina	500	600	500
Martell pesat	7,26	9,08	7,26

- La puntuació per els atletes màsters es farà utilitzant les taules de puntuació reglamentàries.
- Per els atletes no màsters s'utilitzarà la taula M35 i F35 respectivament.
- S'establirà també una classificació única mixta per suma de metres llançats considerant la millor marca de cada atleta en cada especialitat.

Normes complementàries:

- Aquest control, inscrit al calendari RFEA, es fa seguint les directrius sobre situació sanitària que les institucions determinen i que poden variar en funció de l'evolució dels esdeveniments i conseqüentment fer modificar la competició i el seu reglament.
- Només es permetrà l'entrada al recinte a les persones participants, entrenadors, jutges i auxiliars que hauran d'haver complimentat el corresponent full de declaració responsable.
- Serà obligatori portar la mascareta posada, excepte els atletes en el moment de la competició.
- Caldrà desinfectar el material abans i després del seu ús.

Horari i ordre de proves orientatiu, que es podrà modificar en funció de la participació:

	Estadi	zona annexa
- 09,00		martell
- 10,00	pes	
- 11,00	disc	
- 12,00	javelina	
- 13,00		martell pesat