

CONTROLS SUB10, SUB12 I SUB14

En aquests controls podran participar tots els atletes de les categoria Sub10, Sub12 i Sub14 que tinguin degudament tramitada la seva llicència federada.

Jornades de competició

La competició es farà en les jornades organitzades per la FCA en la província de Barcelona de les categories Sub10, Sub12 i Sub14 de les següents dates.

1a. Jornada	25 de novembre de 2017
2a. Jornada	16 de desembre de 2017
3a. Jornada	13 de gener de 2018
4a. Jornada	3 de febrer de 2018
5a. Jornada	24 de març de 2018
6a. Jornada	14 d'abril de 2018 - Fase prèvia Relleus Sub10
7a. Jornada	28 d'abril de 2018
8a. Jornada	5 de maig de 2018
9a. Jornada	26 de maig de 2018

Categories

Les categories que comprenen aquests controls, són:

Sub14 atletes nascuts/des els anys 2005 i 2006
Sub12 atletes nascuts/des els anys 2007 i 2008
Sub10 atletes nascuts/des els anys 2009 i 2010

Nota Important

La Comissió de Promoció de la FCA amb l'objectiu de facilitar les inscripcions i agilitzar i donar el millor resultat possible en relació a la competició, ha concretat aquestes novetats:

- Les inscripcions a aquestes jornades es realitzaran via Intranet fins el dimecres anterior a la competició. Dijous, la FCA enviarà al club organitzador les llistes de participació, així com els fitxers del programa informàtic. Així mateix, en cas que el nombre d'inscrits en alguna prova, aconselli un petita modificació horària, es farà públic el mateix dijous, en la web de la Federació.

Els atletes de categoria Sub14 podran realitzar un màxim de 3 proves per jornada i els de categoria Sub12 i Sub10, 2 proves per jornada.

- L'organització (club organitzador), per tal de cobrir les despeses de personal, pista i jutges, cobrarà a cada atleta inscrit:
 - Inscripció en 1 prova 2 euros
 - Inscripció en 2 o més proves 3 euros
- Únicament si les proves així ho permeten, es podran fer inscripcions a pista. Aquestes inscripcions tindran un cost de 5 euros

- Els clubs participants hauran de recollir a la secretaria de la competició fins 30 minuts abans de la primera prova en la que participin, les llistes d'inscrits. Durant tota la jornada, podran fer el pagament total de les seves inscripcions.
- Amb l'objectiu que el nombre d'inscripcions en aquests controls corresponguin, el màxim possible, a la realitat de la participació, el club organitzador cobrarà a cada club per inscripció d'atleta feta i que no competeixi, sense causa justificada o comunicada amb anterioritat al dia de la competició, i sempre que el nombre d'incompareixences sigui superior al 10 % del total d'inscripcions
- Únicament es lliuraran dorsals per a les proves de mig fons, fons i marxa.
- En relació a les proves, s'ha acordat el següent:

Salt d'alçada i salt amb perxa

Cadència llistons salt d'alçada

SUB10M:	0.70 - 0.80 - 0.85 - 0.90 - 0.95 - 1.00 - 1.05 - 1.10 i de 3 en 3 cm.
SUB10F:	0.70 - 0.80 - 0.85 - 0.90 - 0.95 - 1.00 - 1.03 - 1.06 i de 3 en 3 cm.
SUB12M:	1.00 - 1.10 - 1.15 - 1.20 - 1.25 - 1.28 - 1.31 i de 3 en 3 cm.
SUB12F:	0.95 - 1.05 - 1.10 - 1.15 - 1.20 - 1.25 - 1.28 - 1.31 i de 3 en 3 cm.
SUB14M:	1.10 - 1.20 - 1.25 - 1.30 - 1.35 - 1.40 - 1.43 - 1.46 i de 3 en 3 cm.
SUB14F:	1.05 - 1.15 - 1.20 - 1.25 - 1.30 - 1.35 - 1.38 - 1.41 i de 3 en 3 cm.

Cadència llistons salt Sub12Mb perxa

SUB12M:	1.20 - 1.40 - 1.50 - 1.60 - 1.65 i de 5 en 5 cm.
SUB12F:	1.20 - 1.40 - 1.50 - 1.60 - 1.65 i de 5 en 5 cm.
SUB14M:	1.50 - 1.70 - 1.85 - 2.00 - 2.10 - 2.15 i de 5 en 5 cm..
SUB14F:	1.50 - 1.70 - 1.85 - 2.00 - 2.10 - 2.15 i de 5 en 5 cm.

Aquestes cadències no es podran modificar

Els/les atletes participants tindran un (1) intent per superar la primera cadència en cas d'intentar-la. En la segona cadència tindran dos (2) intents, i a partir de la tercera inclosa, realitzarà el concurs normal amb tres (3) intents per cadència.

El sistema seria el següent:

Salt d'alçada

	1 intent	2 intents	3 intents
Sub10 Masculí	0.70	0.80	0.85 i resta
Sub10 Femení	0.70	0.80	0.85 i resta
Sub12 Masculí	1.00	1.10	1.15 i resta
Sub12 Femení	0.95	1.05	1.10 i resta
Sub14 Masculí	1.10	1.20	1.25 i resta
Sub14 Femení	1.05	1.15	1.20 i resta

Salt amb perxa

	1 intent	2 intents	3 intents
Sub12 Masculí	1.20	1.40	1.50 i resta
Sub12 Femení	1.20	1.40	1.50 i resta
Sub14 Masculí	1.50	1.70	1.85 i resta
Sub14 Femení	1.50	1.70	1.85 i resta

Proves de llançament de pes, disc, javelina, pilota i martell

S'estableixen unes distàncies mínimes de llançaments que seran visibles en el moment de la prova. Aquestes distàncies no poden ser modificades.

Els intents vàlids que no superin aquestes marques mínimes no seran mesurats.

	Pes	Disc	Pilota	Javelina	Martell
Sub10 M			11.20		
Sub10 F			8.00		
Sub12 M	4.40	8.00		11.00	
Sub12 F	4.40	8.00		11.00	
Sub14 M	5.30	14.00		10.00	15.00
Sub14 F	5.70	14.00		10.00	17.00

Proves salt de llargada en categoria Sub10

En funció de la inscripció, es podran fer salts simultanis al mateix fossar (2 taules de batuda al mateix fossar)

No poden participar atletes d'altres categories en aquestes competicions (exceptuant peticions dels clubs organitzadors d'incloure proves d'altres categories, quan l'horari oficial de proves així ho permeti).

En la categoria Sub14, les proves de salts horitzontals i llançaments, passaran vuit atletes a disputar la millora. Els intents de millora es realitzaran en ordre invers a la classificació dels 3 primers intents.

Distància de les taules de batuda en salts horitzontals

Aquestes distàncies no podran ser modificades

Salt de llargada

SUB10M: 1 m.
 SUB10F: 1 m.
 SUB12M: 2 m.
 SUB12F: 2 m.
 SUB14M: 3 m.
 SUB14F: 2 m.

Triple Salt

SUB14M: 7 i 9 m.
 SUB14F: 6 i 8 m.

1a. JORNADA 25/11/2017

10,00	1000 m.II. SUB14M	Alçada SUB12F	Pes SUB14F	Llargada SUB14F	Javelina SUB14M
10,20	1000 m.II. SUB14F				
10,40	2000 m.II. SUB12M				
11,00	2000 m.II. SUB12F				
11,20	60 m.t. SUB14M				
11,45	60 m.t. SUB14F	Alçada SUB12M	Pes SUB14M	Llargada SUB14M	Pilota SUB10F
12,10	60 m.II. SUB12M				
12,35	60 m.II. SUB12F				
12,50					Pilota SUB10M
13,00	1000 m.II. SUB10F				
13,25	1000 m.II. SUB10M				

2a. JORNADA 16/12/2017

10,00	600 m.II. SUB14M	Alçada SUB14F	Perxa SUB14M/SUB14F	Pes SUB12M	Pilo
10,20	600 m.II. SUB14F				
10,40	600 m.II. SUB12M				
11,00	600 m.II. SUB12F			Llargada SUB10M	
11,20	150 m.II. SUB14M				Pilo
11,55	150 m.II. SUB14F	Alçada SUB14M	Pes SUB12F		
12,00			Perxa SUB12M/SUB12F		
12,25	2000 m.II. SUB14M				
12,45	2000 m.II. SUB14F			Llargada SUB10F	Jav SU
13,00	60 m.II. SUB10M				
13,40	60 m.II. SUB10F				

3a. JORNADA 13/01/2018

10,00	60 m.II. SUB14M		Triple SUB14M		Mar
10,30	60 m.II. SUB14F				
11,00	60 m.t. SUB14M				Dis
11,30	60 m.t. SUB14F	Alçada SUB10F			
12,00	1000 m.II. SUB14M		Triple SUB14F	Pes SUB12M	
12,20	1000 m.II. SUB14F				
12,40	1000 m.II. SUB10M				Dis
13,00	1000 m.II. SUB10F	Alçada SUB10M		Pes SUB12F	
13,20	60 m.t. SUB12M				
13,40	60 m.t. SUB12F				

4a. JORNADA	03/02/2018 Castellar del Vallès				
10,00	2000 m.m. SUB14M/ SUB14F		Llargada SUB12M	Pes SUB14M	Disc SUB12F
10,30	60 m.II. Sub 8 M	Alçada SUB14M			
10,45	60 m.II. Sub 8 F				
11,00	60 m.II. SUB12M				
11,20	60 m.II. SUB12F				Disc SUB12M
11,35	1.000 m.II. SUB10M			Pes SUB14F	
11,50	1.000 m.II. SUB10F				
12,05	600 m.II. SUB14M		Llargada SUB12F		
12,20	600 m.II. SUB14F	Alçada SUB14F			
12,40	2000 m.m. SUB12M				
12,50				Pilota SUB10F	Pilota SUB8 M
13,00	2000 m.m. SUB12F				
13,20	1000 m.m. SUB10M				
13,40	1000 m.m. SUB10F			Pilota SUB10M	Pilota SUB8 F

Proves SUB8 en vermell són proves categoria prebenjamí organitzades pel Club CA Castellar. Les inscripcions per mail a cacastellar@yahoo.es fins divendres dia 2

5a. JORNADA 24/03/2018

9.30	60 m.t. SUB12M	Alçada SUB12F	Perxa SUB12M/SUB12F	Pilota SUB12M	Triple SUB14F
10,05	60 m.t. SUB12F				
10.35	80 m.II. SUB14M				
10.45				Pilota SUB12F	
11,15					
11,20	80 m.II. SUB14F				Triple SUB14M
11.45				Dic SUB14M	
12,00	600 m.II. SUB12M	Alçada SUB12M	Perxa SUB14M/SUB14F		
12,25	600 m.II. SUB12F				
12,30					
12,55	600 m.II. SUB14M				
13,00					Llargada SUB10F
13,25	600 m.II. SUB14F				
13,45	60 m.II. SUB10M				
14.10	60 m.II. SUB10F			Martell SUB14F	Llargada SUB10M

6a. JORNADA 14/04/2018

9,30	1000 m.II. SUB14M	Llargada SUB14F	Alçada SUB12F	Disc SUB12M	Javelina SUB14M
10,00	1000 m.II. SUB14F				
10,25	600 m.II. SUB12M				
11,00	600 m.II. SUB12F				
11,20	80 m.II. SUB14M				
11,30		Llargada SUB14M	Alçada SUB12M		
11,45	60 m.II. SUB10M				Javelina SUB14F
12,00				Disc SUB12F	
12,10	80 m.II. SUB14F				
12,30	60 m.II. SUB10F				
13,20	4 x 60 SUB10M				
13,50	4 x 60 SUB10F				

7a. JORNADA 28/04/2018

10,00	1000 m.ob. SUB14M	Llargada SUB12F	Perxa SUB14M/SUB14F	Pes SUB12M	Disc SUB14F
10,20	1000 m.ob. SUB14F				
10,40	80 m.t. SUB14M				
11,00	80 m.t. SUB14F				
11,30	60 m.t. SUB12M	Llargada SUB12M		Pes SUB12F	
12,00	60 m.t. SUB12F		Perxa SUB12M/SUB12F		Disc SUB14M
12,15					Pilota SUB10F
12,30	150 m.II. SUB14M				
13,00	150 m.II. SUB14F			Alçada SUB10M	
13,20	1000 m.II. SUB10M				
13,45	1000 m.II. SUB10F				

8a. JORNADA
05/05/2018

9,30			Martell SUB14M		
9,45	80 m.II. SUB14M			Alçada SUB12F	
10,15	80 m.II. SUB14F	Llargada SUB14M			Pilota SUB12M
10,55	2000 m.II. SUB12M				
11,00			Pilota SUB12F		
11,20	2000 m.II. SUB12F			Alçada SUB12M	
11,40	220 m.t. SUB14M				
12,00	220 m.t. SUB14F	Llargada SUB14F			Pilota SUB12F
12,25	60 m.II. SUB10F		Martell SUB14F		
12,55	60 m.II. SUB10M				
13,25	1000 m.m. SUB10F				
13,45	1000 m.m. SUB10M				

9a. JORNADA
26/05/2018

9.30	60 m.t. SUB12M	Alçada SUB12F	Perxa SUB12M/SUB12F	Pes SUB14M-SUB14F	Triple SUB14F
9.50	60 m.t. SUB12F				
10.15	80 m.II. SUB14M				
10.45	80 m.II. SUB14F				
11.15	600 m.II. SUB12M		Perxa SUB14M/SUB14F	Pilota SUB12F-SUB12M	Triple SUB14M
11.40	600 m.II. SUB12F				
12.05	600 m.II. SUB14M	Llargada SUB10			
12.30	600 m.II. SUB14F				
13.00	60 m.II. SUB10M				
13.30	60 m.II. SUB10F				