



CONTROLS SUB10, SUB12 i SUB14 D'HIVERN

- El C. A. Palafrugell amb l'autorització de la Federació Catalana d' Atletisme, organitza tres jornades de control per els propers dissabtes 3 i 17 de febrer i 17 de març de 2018 a l'Estadi Municipal Josep Pla Arbonès de Palafrugell.
- El control tècnic anirà a càrrec dels Col·legis Gironí i Català de Judges d'Atletisme.
- Hi haurà cronometratge elèctric.
- Podran participar-hi tots els atletes que ho desitgin que tinguin la llicència federativa actualitzada per la temporada en curs de les categories:
 - o Sub14 – atletes nascuts/des els anys 2005 i 2006
 - o Sub12 – atletes nascuts/des els anys 2007 i 2008
 - o Sub10 - atletes nascuts/des els anys 2009 i 2010
 - o Els atletes Sub8 (2011-2012) estan autoritzats/des a participar amb els sub10
- Les inscripcions hauran de fer-se a través dels respectius clubs per INTRANET fins al dimecres anterior a cada jornada.
- Al moment de la recollida del dorsal s'abonarà la quantitat de 2 € per una prova o 3 € per dues proves o més.
- Excepcionalment, si les proves ho permeten, es podran acceptar inscripcions a la mateixa pista fins 45 minuts abans del començament de cada prova. En aquests casos el preu serà de 5 €.
- 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.
- Tot allò no previst en el present Reglament es regirà per les normes de la FEDERACIÓ CATALANA D'ATLETISME.
- La sola participació en aquesta competició implica la total acceptació del present Reglament.

NORMES TÈCNIQUES

- Les normatives sobre pesos d'artefactes i alçades i col·locacions de les tanques les trobareu a la web de la FCA, en l'apartat de normatives.
- Als salts de llargada i triple i als llançaments s'efectuaran TRES intents SENSE MILLORA.
- Les fustes de batuda de salt de llargada se situaran a 1,50 m de la sorra en totes les categories.
- Les fustes de batuda del triple salt estaran a 6 i 8 m de la sorra per les noies i 7 i 9 m pels nois.
- Als salts d'elevació es concedirà un sol intent a la primera alçada, dos a la segona i tres a la tercera i següents:

alçada sub10 M – 70 (1 intent) -80 (2 intents) – 85 – 90 – 95 - 100 – 105 – 110 i de 3 en 3cm
alçada sub10 F – 70 (1 intent) -80 (2 intents) – 85 – 90 – 95 - 100 – 103 - 106 i de 3 en 3cm
alçada sub12 M - 90 (1 intent) - 100 (2 intents) -110-115 –120 –125 - 128 i de 3 en 3cm
alçada sub12 F – 90 (1 intent) – 100 (2 intents) -110 - 115 –120 –125 – 128 i de 3 en 3cm
alçada sub14 F – 95 (1 intent) – 105 (2 intents) – 115 -120 – 125 – 130 – 135 - 138 i de 3 en 3 cm
alçada sub14 M - 100 (1 intent) – 110 (2 intents) – 120 - 125 – 130 – 135 – 140 - 143 i de 3 en 3 cm

perxa sub12 M i F – 120 (1 intent) – 130 (2 intents) -140 - 150 – 160 – 165 i de 5 en 50 cm
perxa sub14 M i F – 130 (1 intent) – 150 (2 intents) –170- 185 – 200 – 210 - 215 i de 5 en 5 cm

HORARIS I ORDRE DE PROVES DE CADA JORNADA

Palafrugell, dissabte 3 de febrer de 2018

10.00	60 m tanques SUB14M		alçada SUB12F	pilota SUB10M (250 gr)
10.20	60 m tanques SUB14F			
10.40	60 SUB12M	llargada SUB14F		
10.55	60 SUB12F			pilota SUB10F (250 gr)
11.10	60 SUB10M		alçada SUB12M	
11.25	60 SUB14M			
11.40	60 SUB14F	llargada SUB14M		
11.55	60 SUB10F			
12.10	2000 SUB12M			
12.25	2000 SUB12F			
12.40	1000 SUB14M			
12.55	1000 SUB14F			

Palafrugell, dissabte 17 de febrer de 2018

10.00	60 m tanques SUB12M	llargada SUB10M	alçada SUB14F	pes SUB14M (3 kg)
10.15	60 m tanques SUB12F			
10.30	600 SUB14M			
10.45	600 SUB14F	llargada SUB10F		
11.00	600 SUB12M			pes SUB14F (2 kg)
11.15	600 SUB12F		alçada SUB14M	
11.30	1000 SUB10M	llargada SUB12M		
11.45	1000 SUB10F			
12.00	2000 SUB14M			
12.15	2000 SUB14F	llargada SUB12F		

Palafrugell, dissabte 17 de març de 2018

10.00		perxa SUB12M i F triple SUB14F	alçada SUB10M	disc SUB14M (800 gr)
10.50		triple SUB14M		disc SUB14F (800 gr)
11.00			alçada SUB10F	
11.15	60 SUB12M	perxa SUB14M i F		
11.30	60 SUB10M			
11.45	60 SUB10F			disc SUB12M (600 gr)
12.00	60 SUB12F			
12.15	80 SUB14F			
12.30	80 SUB14M			disc SUB12F (600 gr)