

## CONTROLS SUB 16 – SUB 18 – SUB 20

La Federació Catalana d'Atletisme organitza els dies 14 i 28 d'abril, 5, 12, 19 i 20 de maig del 2018 els Controls Sub 16-18-20 en diferents seus a designar.

### 1.- **PARTICIPACIÓ**

Podran participar-hi tots els atletes amb llicència tramitada per la Federació Catalana per a aquesta temporada, pertanyents a aquestes categories.

NO ES DEMANEN MARQUES MÍNIMES PER PARTICIPAR.

Aquests controls estaran oberts a atletes, d'aquestes categories, d'altres federacions, sempre que ho sol·licitin a la FCA i s'adaptin a aquest Reglament.

### 2.- **INSCRIPCIÓ**

Les inscripcions es faran a través de la Intranet fins el dimecres anterior a la competició. Dijous la FCA publicarà els atletes inscrits, en cas que la participació aconselli fer alguna petita modificació en l'horari es publicarà. Així mateix s'enviarà al club organitzador la relació de participants i els fitxers del programa informàtic.

A les curses per carrers s'ha d'indicar la millor marca de l'atleta per tal d'elaborar les sèries.

L'organització per tal de cobrir les despeses de personal, pista i jutges, cobrarà a cada atleta inscrit l'import següent :

- Sub 16                                      1 prova: 3 €                                      2 proves o més: 5 €
- Sub 18-20                                    1 prova: 4 €                                      2 proves o més: 6 €

### 3.- **COMPETICIÓ**

Les curses seran controlades amb cronometratge elèctric.

Quan nomès es lliuri un dorsal, a les curses, haurà de col·locar-se de forma visible a la part davantera de la samarreta.

#### Col·locació dels llistons

##### Sub 16

Alçada M : 1.45 – 1.50 – 1.55 – 1.60 - 1.64 -1.68 – 1.72 – 1.76 – 1.79 – 1.82 – 1.84 i de 2 en 2 cm.

Alçada F : 1.35 – 1.40 – 1.44 – 1.48 – 1.51 – 1.54 – 1.57 – 1.60 – 1.62 i de 2 en 2 cm.

Perxa M : 2.50 – 2.70 – 2.85 – 3.00 – 3.15 - 3.30 -3.40 – 3.50 – 3.60 – 3.65 i de 5 en 5 cm

Perxa F : 2.00 – 2.20 – 2.35 – 2.50 – 2.60 -2.70 – 2.80 – 2.90 – 2.95 i de 5 en 5 cm.

##### Sub 18 - 20

Alçada M : 1.65 – 1.70 - 1.74 – 1.78 – 1.82 – 1.86 -1.89 – 1.92 – 1.94 i de 2 en 2 cm.

Alçada F : 1.40 – 1.45 – 1.49 – 1.52 – 1.55 – 1.58 – 1.60 i de 2 en 2 cm.

Perxa M : 3.10 – 3.30 - 3.50 - 3.65 – 3.80 – 3.95 – 4.05 – 4.15 – 4.20 i de 5 en 5 cm

Perxa F : 2.30 – 2.50 – 2.65 – 2.80 -2.90 – 3.00 – 3.10 – 3.15 i de 5 en 5 cm.

### 4.- **NORMES COMPLEMENTÀRIES**

A les curses on participin conjuntament les categories S.18 i S.20 les sèries es faran per marques d'inscripció sense tenir en compte la categoria a la qual pertanyen.

A les proves de llançaments participaran de forma conjunta els atletes de categoria S.18 i S.20. Llançaran amb els artefactes corresponents a la seva categoria, fent-ho en primer lloc els S.20.

A les proves de llargada, triple i llançaments passaran a la millora els 8 millors atletes classificats independentment de la categoria a la qual pertanyin.

Seràn d'aplicació les Normes Generals d'Aire Lliure que figuren en la reglamentació de competicions.

## 5.- HORARIS

### 1a i 4a. Jornada

#### 14/04/2018 – 12/05/2018

10,00	3000 M.OB. S.20M	Perxa S.16M	Triple S.18-20 F	Alçada S.16F	Disc S18-20 M
10,15	2000 M.OB. S.18M				
10,30	3000 M.OB. S.20F				
10,45	2000 M.OB. S.18F				
10,55	1500 M.OB. S.16M				
11,15	1500 M.OB. S.16F				
11,35	200 M.LL. S.18-20 M		Triple S.18-20 M		Disc S.18-20 F
11,55	200 M.LL. S.18-20 F			Pes S.16F	
12,15	300 M.LL. S.16M				
12,35	300 M.LL. S.16F				
12,45					Javelina S.16M
12,55	1500 M.LL. S.18-20 M		Triple S.16M		
13,15	1500 M.LL. S.18-20 F				
13,35	100 M.T. S.16M				
13,55	100 M.T. S.16F				Martell S.16-18-20 F

### 2a. i 5a Jornada

#### 28/04/2018 – 19/05/2018

10,00	10000 M.M.Abs.M-F (c/5)	Perxa S.16F	Llargada S.16M	Alçada 18-20 M	Disc S.16M
10,05	3000 M.M. S.16F (c/1)				
10,30	3000 M.LL. S.16M				
10,50	3000 M.LL. S.16F				
11,10	5000 M.LL. S.18-20 M				
11,30	5000 M.LL. S.18-20 F				
11,55	800 M.LL. S.18-20 M				
12,00		Pes S.18-20 F	Triple S.16F	Alçada S.18-20 F	Javelina S.16F
12,10	800 M.LL. S.18-20 F				
12,25	400 M.T. S.20M				
12,35	400 M.T. S.18M				
12,45	400 M.T. S.18-20 F				
13,00	600 M.LL. S.16M	Pes S.18-20 M			
13,15	600 M.LL. S.16F				
13,30	100 M.LL. S.18-20 M				Martell S.16M
13,55	100 M.LL. S.18-20 F				

### 3a. i 6a Jornada

#### 05/05/2018 – 20/05/2018

09,45	3000 M.LL. S.18-20 M	Perxa S.18-20 M	Llargada S.18-20 F	Disc S.16F	
09,45	5000 M.M. M-F (C/5)				
10,05	3000 M.LL. S.18-20 F				
10,25	1000 M.LL. S.16M				Alçada S.16M
10,45	1000 M.LL. S.16F				
11,00			Llargada S.18-20 M	Javelina S.18-20 F	
11,10	400 M.LL. S.18-20M				
11,30	400 M.LL. S.18-20F	Perxa S.18-20 F			
11,50	300 M.T. S.16M				
12,10	300 M.T. S.16F		Llargada S.16F	Javelina S.18-20 M	Pes S.16M
12,30	110 M.T. S.20M				
12,40	110 M.T. S.18M				
12,50	100 M.T. S.20F				
13,00	100 M.T. S.18F				
13,10	100 M.LL. S.16M			Martell S.18-20 M	
13,30	100 M.LL. S.16F				

#### **CAMPIONAT DE CATALUNYA DE RELLEUS SUB 18 – SUB 20 – SUB 23 (05/05/2018)**

13.45	4 x 100	S.20-23 M
13.50	4 x 100	S.18M
13.55	4 x 100	S.20-23 F
14.00	4 x 100	S.18F
14.05	4 x 400	S.20M
14.10	4 x 400	S.18M
14.15	4 x 400	S.18-20 F