

# TRIANGULAR ATLÈTIC DEL VALLÈS

## REGLAMENT

Art. 1. El CM Sant Cugat, la Unió Atlètica Rubí i la Unió Atlètica Terrassa organitzen, amb el vistiplau de la Federació Catalana d'Atletisme i el control del Col·legi de Judges, el Triangular Atlètic del Vallès a les pistes d'atletisme de Sant Cugat del Vallès i de Rubí.

Art. 2. Podran participar tots els nens i nenes que pertanyin a qualsevol dels tres clubs organitzadors i que hagin nascut en el 2004-05 (Sub-16), 2006-07 (Sub-14), 2008-09 (Sub-12), 2010-11 (Sub-10) i 2012 i anys posteriors (Sub-8).

Art. 3. La inscripció es farà per INTRANET el dimarts anterior a la jornada, fins a les 23h. No s'admeten inscripcions fora de termini.

Art. 4. El preu de la inscripció pels atletes que pertanyen a un dels tres club organitzadors és de 4€ per atleta i jornada en recollir el dorsal. Els atletes d'altres clubs podran participar abonant 5€ per atleta i jornada en recollir el dorsal (pel delegat de l'entitat). En aquest cas també amb prèvia inscripció el dimarts anterior de la prova amb tancament a les 23h per INTRANET i enviant previament un correu al club organitzador de la mateixa.

- Email Sant Cugat: [escolacmsc@gmail.com](mailto:escolacmsc@gmail.com)
- Email Rubí: [direcciotecnica.uar@gmail.com](mailto:direcciotecnica.uar@gmail.com)

Hi haurà un màxim de participants per prova donant prioritat als atletes del CMSC, UAR i UAT. El club organitzador es reserva el dret d'admetre més participants en funció dels atletes inscrits a les proves. El dijous s'enviarà i/o publicarà a la FCA un llistat dels atletes admesos.

Art. 5. Els dorsals seran reutilitzats a les diferents jornades i s'abonara 1€ en cas de pèrdua.

Art. 6. Les reclamacions hauran de fer-se per escrit al Jutge Àrbitre fins a 30 minuts després d'haver-se fet públics els resultats o de succeït l'incident, havent dipositat la quantitat de 30 €, que seran tornats en el cas de fallar-se a favor.

Art. 7. La sola inscripció en aquesta competició implica la total acceptació del preceptuat en aquest reglament. Tot allò no previst en aquest reglament es regirà per les normes de la I.A.A.F (versió espanyola).

Art. 8. Els organitzadors i col·laboradors no es fan responsables dels possibles danys morals i/o materials que puguin causar o causar-se els participants.

Art. 9. En relació als concursos, 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 amb perxa

SUB12M: 1.20 - 1.40 - 1.50 - 1.60 - 1.70 - 1.80 - 1.90 - 2.00 i de 5 en 5 cm.

SUB12F: 1.20 - 1.40 - 1.50 - 1.60 - 1.70 - 1.80 - 1.90 - 2.00 i de 5 en 5 cm.

SUB14M: 1.50 - 1.60 - 1.70 - 1.80 - 1.90 - 2.00 i de 5 en 5 cm.

SUB14F: 1.50 - 1.60 - 1.70 - 1.80 - 1.90 - 2.00 i de 5 en 5 cm.

### Salt de llargada, triple salt i llançaments:

Els atletes de les categories SUB 8, SUB 10, SUB 12 disposaran de 3 intents.

Els atletes de les categories SUB 14 disposaran de 4 intents.

Els atletes de les categories SUB 16 disposaran de 3 intents i els 8 millors 3 intents més de millora sense necessitat de canvi d'ordre.

Art. 10. Horari:

### Diumenge 18 de Novembre a Sant Cugat (ZEM la Guinardera)

9.45	Llargada SUB 14F (F1)				
10.00	60 m.II SUB 8M	Alçada SUB12F	Perxa SUB12 M-F	Perxa SUB14 M-F	Llargada SUB14M (F2)
10.15	60 m.II SUB 8F				
10.30	60 m.II. SUB10 M				
10.45	60 mII SUB 10 F				
10.55	60 mII. SUB12M				
11.05	Llargada SUB 16 F (F1)				
11.10	60 mII SUB 12 F				
11.25	60 mII. SUB14 F				
11.35	Alçada SUB12M			Llargada SUB 8 M-F (F2)	
11.40	60 mII SUB 14 M				
12.05	1000 m.II SUB 10M				
12.15	1000 m.II SUB 10F	Llargada SUB 16 M (F1)			
12.25	600 m.II. SUB12M				
12.35	600 m.II. SUB12F				
12.45	600 m.II. SUB14M				
13.00	600 m.II. SUB14F				
13.15	300 mII SUB 16F				
13.30	300 mII SUB 16M				



## Dissabte 1 de Desembre a Rubí (Can Rosés)

10.00 60 m.t SUB 10M	Alçada SUB14F	Pes SUB14M	Pes SUB 16M	Llargada SUB12 M	Llargada SUB12F
10.15 60 m.t SUB 10F					
10.30 60 m.t. SUB12 M					
10.45 60 m.t SUB 12 F					
11.00 60 m.t. SUB14M					
11.15 60 m.t. SUB 14 F					
11.30 600 mll. SUB 10 M					
11.35	Alçada SUB14M	Triple SUB 16 M		Triple SUB16F	
11.45 600 mll SUB 10 F		Pes SUB14F		Pes SUB16F	
12.05 200 mll SUB 8 M		Llargada SUB10M		Llargada SUB10F	
12.15 200 mll SUB 8 F					
12.30 1000 m.ll. SUB12M		Pilota SUB8M		Pilota SUB8F	
12.40 1000 m.ll. SUB12F					
12.50 1000 m.ll. SUB14M					
13.00 1000 m.ll. SUB14F					

