



JORNADA DE PROVES COMBINADES DE PROMOCIÓ

- El Club Atlètic Palafrugell i la Federació Catalana d'Atletisme, sota el control tècnic dels Col·legis Gironí i Català de Judges d'Atletisme organitzen pel proper dissabte 6 d'abril una jornada de Proves Combinades de les categories sub8, sub10, sub12 i sub14 a l'Estadi Municipal Josep Pla Arbonès de Palafrugell.
- Podran participar-hi tots els atletes que ho desitgin que tinguin la llicència federativa actualitzada per la temporada en curs.
- Hi haurà cronometratge elèctric
- Les inscripcions podran fer-se per INTRANET fins al dimecres 3 d'abril
- Al moment de retirar el dorsal s'abonarà la quantitat de 5 euros per atleta
- Tot allò no previst en el present Reglament es regirà per les normes de la FEDERACIÓ CATALANA D'ATLETISME.
- La sola participació en aquest Festival implica la total acceptació del present Reglament.

NORMES TÈCNIQUES

En el salt d'alçada les cadències per les diferents categories seran les següents:

- Sub14 M: 1,10 - 1,19 - 1,25 - 1,31 - 1,34 i de 3 en 3cm
- Sub14 F: 1,05 - 1,14 - 1,20 - 1,26 - 1,29 i de 3 en 3cm
- Sub12 M: 0,92 - 1,01 - 1,10 - 1,16 - 1,19 i de 3 en 3 cm

JORNADA DE PROVES COMBINADES DE PROMOCIÓ

PALAFRUGELL, DISSABTE 6 D'ABRIL DE 2019

	PENTATLÓ	TETRATLO	TRIATLO	PENTATLO	TETRATLO
	SUB 14 F	SUB 12 F	SUB 8-10 F i M	SUB 14 M	SUB 12 M
9.00	80 m t (0,76)				
9.10		60 m t (0,50)			
9.20				80 m	
9.30	alçada				60 m
9.40			60 m	llargada	
10.00		pes (2)			llargada
10.20			llargada	pes (3)	
10.30	pes (2)				
10.50		llargada			pes (2)
11.00			pilota (250)	80m t (0,84)	
11.20	llargada			alçada	
11.30					alçada
11.40		60 m			
12.00	80 m				

NOTA.- Aquest horari és aproximat i es podrà modificar en funció de la participació.