

CAMPIONAT GIRONÍ ABSOLUT PER CLUBS

- El C.A.Palafrugell, amb l'autorització de la Federació Catalana d'Atletisme, organitza el Campionat Gironí Absolut el proper diumenge 2 de juny de 2019.
- El control tècnic anirà a càrrec del Col·legi Català de Jutges d'Atletisme.
- Hi haurà cronometratge elèctric.
- Podran participar-hi tots els atletes sub16 i més grans que ho desitgin que tinguin la llicència federativa actualitzada per la temporada en curs dels clubs de la demarcació de Girona.
- c) Les proves a disputar són les següents :
 - Masculí :100 - 200 - 400 - 800 - 1500 - 5000 - 110 t - 400 t - 3000 obs - 5 km.m. - alçada - perxa - llargada - triple - pes - disc - javelina - martell - 4x100 - 4x400.
 - Femení :100 - 200 - 400 - 800 - 1500 - 5000 - 100 t. - 400 t. - 3000 obs - 5 km.m. - alçada - perxa - llargada - triple - pes - disc - javelina - martell - 4x100 - 4x400.
- d) Proves autoritzades per categoria (segons acord de la Comissió de Clubs) :
 - Sub 16 Masculí : 100 – 200 - alçada – perxa – llargada – triple – 5 km.m. – 4x100.
 - Sub 16 Femení : 100 – 200 - alçada – perxa – llargada – triple – 5 km.m. – 4x100.
 - Sub 18 Masculí : TOTES (a excepció de pes, disc, javelina i martell)
 - Sub 18 Femení : TOTES
 - Sub 20 Masculí : TOTES
 - Sub 20 Femení : TOTES
 - Sub 23-Senior Masculí : TOTES
 - Sub 23-Senior Femení : TOTES
- Les inscripcions podran fer-se per INTRANET fins al dimecres 29 de maig. Excepcionalment s'acceptaran també a la secretaria de les pistes fins 45 minuts abans del començament de cada prova, amb un recàrrec de 2 € sobre els preus d'inscripció, que seran:
 - o inscripcions en una prova.- 2 €
 - o inscripcions en dues proves o més – 3 €
- **Premis:**
- Trofeu als tres primers equips masculins i tres primers femenins.
- **Classificació per clubs:**
- Per la classificació per clubs se tindrà en compte la puntuació per finalistes:
 - o 8 punts al 1r/1^a,
 - o 7 punts al 2n/2^a,
 - o 6 punts al 3r/3^a,
 - o 5 punts al 4t/4^a,
 - o 4 punts al 5è/5^a,
 - o 3 punts al 6è/6^a,
 - o 2 punts al 7è/7^a i
 - o 1 punts al 8è/8^a
- Cada atleta pot participar i puntuar a totes les proves que desitgi.
- Cada club pot inscriure tots els atletes que vulgui a cada prova.

- Les reclamacions hauran de fer-se verbalment al Jutge Àrbitre fins 30 minuts després d'haver-se 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 aquest Campionat implica la total acceptació del present Reglament.

NORMES TÈCNIQUES

A tots els concursos s'efectuaran quatre intents sense millora.

elevacions dels llistons

alçada absoluta masculina.-140 - 150 – 155 de 5 en 5 cm

alçada absoluta femenina.- 120 – 130 - 135 de 5 em 5 cm

Perxa absoluta masculina.- 200 – 220 i de 20 en 20 cm

Perxa absoluta femenina.- 200 – 220 – 240 - 250 i de 10 en 10 cm

CAMPIONAT GIRONÍ ABSOLUT PER CLUBS

Palafrugell, diumenge 2 de juny de 2019

10.00.-	400 m tanques M	triple M	alçada F	martell F
10.15.-	400 m tanques F			
10.30.-	5000 m M			
10.50.-	5000 m F			martell M
11.15.-	100 m M	triple F		
11.30.-	100 m F		alçada M	
11.45.-	400 m M			disc F
12.00.-	400 m F			
12.15.-	1500 m M			
12.30.-	1500 m F			disc M
12.45.-	4x100 m M			
13.00.-	4x100 m F			
17.00.-	110 m tanques M	llargada M	perxa F	javelina F
17.15.-	100 m tanques F			
17.30.-	200 m M			
17.45.-	200 m F			javelina M
18.00.-	800 m M			
18.15.-	800 m F			
18.30.-	3000 m obst. M	llargada F	perxa M	
18.45.-	3000 m obst. F			pes M
19.00.-	5000 m marxa M i F			
19.15.-				pes F
19.45.-	4x400 m M			
20.00.-	4x400 m F			