

Extracte del Reglament d'Atletisme

Curs de Preparació de Jutges Territorials FCA

Per a un major detall, consulteu el RIA publicat per la World Athletics (WA)

Actualitzat Agost 2021

ÍNDEX

REGLAMENT DE COMPETICIÓ	2
I. OFICIALS DE LA COMPETICIÓ	2
REGLAMENT TÈCNIC	5
I. GENERALITATS	5
II. CURSES	9
III. CONCURSOS	27
A. SALTS VERTICALS	31
B. SALTS HORIZONTALS	37
C. LLANÇAMENTS	43
IV. COMPETICIONS DE PROVES COMBINADES	53
V. COMPETICIONS EN PISTA COBERTA	54
VI. PROVES DE MARXA	57
VII. CURSES EN CARRETERA	61
VIII. CROS, CURSES DE MUNTANYA I DE TRAIL	63
ANNEX: PROTOCOL FCA	65

REGLAMENT DE COMPETICIÓ

I. OFICIALS DE LA COMPETICIÓ

RC 15. Director de Reunió (DR).

- És la primera persona amb qui hem de contactar quan ens incorporem a una Competició.
- Reparteix les proves i tasques entre els oficials i s'assegura que hi siguin tots.
- Està facultat per canviar de lloc a qualsevol oficial (per conveniència i/o perquè no compleixi les normes).
- Junt amb el cap de pista, vetlla per a que no entrin a pista persones no autoritzades.
- Gestiona el pagament.
- Comprova la uniformitat dels jutges.

RC 16. Director Tècnic (DT). Responsable:

- Que es trobin en les condicions degudes la pista, cercles, zones d'embranchada, sectors, artefactes, ...
- Coordinació i supervisió de la col·locació i retirada del material adient per desenvolupar cada prova.
- Homologa els artefactes personals i de la instal·lació.

RC 18. Jutge Àrbitre (JA).

- Vetlla pel compliment de les regles. No ha d'actuar mai com a jutge.
- La seva jurisdicció comença des de que l'atleta entra a la cambra de requeriments i acaba després del lliurament de guardons.
- Decideix sobre qualsevol qüestió tècnica.
- Té facultats per decidir l'ordre d'arribada si els jutges no poden arribar a una decisió.
- Comprova i signa els resultats finals i els lliura a la secretaria de la competició.
- Supervisa el mesurament dels rècords.
- Decideix tota reclamació presentada per un atleta o el seu representant.
- Té facultats per amonestar (targeta groga) o desqualificar (targeta vermella) als atletes per conducta incorrecta.
- Si les circumstàncies ho exigeixen pot ordenar la repetició d'una prova o part d'ella.
- Està present en les comprovacions inicials del sistema de cronometratge automàtic.
- No té cap jurisdicció sobre les qüestions que s'inclouen en les responsabilitats del cap de jutges de marxa.
- Té facultat per decidir sobre qüestions relacionades amb les sortides si no està d'acord amb les decisions preses per l'equip de sortides.
- Ha de confirmar abans i després de cada prova, on es faci servir mesurament electrònic, la concordança d'aquest tipus de mesurament amb unes mides fetes amb cinta mètrica d'acer.
- Pot advertir o expulsar de la zona de competició o d'escalfament o d'entrenadors, o de la cambra de requeriments a qualsevol persona que tingui una actitud inapropiada o doni assistència no permesa.
- Pot canviar qualsevol decisió en base a qualsevol prova disponible, normalment abans de la cerimònia de lliurament de guardons.

RC 19.1. Jutges en cap d'arribades i de concursos. Coordinen el treball dels jutges a les respectives proves. Distribueixen les funcions entre els jutges, si no s'ha fet prèviament.

RC 19.2. **Jutges.** Poden reconsiderar qualsevol decisió inicial presa per ells, sempre que encara sigui aplicable.

RC 19.3. **Jutges d'arribada.** Han d'actuar tots des del mateix costat de la pista. Decideixen l'ordre en què els participants han arribat a la meta. Si no poden arribar a un acord han de presentar la qüestió al JA. S'han de situar, com a mínim a 5 m. De la línia d'arribada i en prolongació d'aquesta, sobre una plataforma enlairada.

RC 19.4. **Jutges de concursos.** Jutgen, mesuren i enregistren tots els intents vàlids. Indiquen la validesa d'un intent aixecant una bandera blanca i la invalidesa amb una de vermella.



En els salts d'alçada i de perxa, les mesures s'han de prendre quan el llistó es torni a apujar. Si s'intenta un rècord sempre que el llistó s'hagi tocat. En la resta de concursos les mesures s'han de prendre immediatament després d'efectuar-se cada intent.

RC 20. **Jutges auxiliars (curses i marxa).** Són ajudants del JA, no tenen autoritat per decidir. Se situen en un lloc determinat fixat pel JA. Segueixen de prop la competició (obstruccions, cops, canvis de carrer, tanques, transferències de relleus, ...).

En cas d'infracció: Ha d'aixecar una bandera groga (o qualsevol altre avís acordat prèviament). Ha d'informar immediatament al JA, per escrit, indicant on, qui i quan s'ha produït la infracció.



RC 22. **Jutge de sortides.**

- Té ple control sobre els participants un cop col·locats en els llocs de sortida.
- S'ha d'assegurar, abans de donar l'ordre de sortida que els jutges d'arribades, cronometratge i anemòmetre estiguin preparats.
- S'ha de col·locar de manera que controli visualment tots els corredors i que l'angle de visió sigui el més estret possible.
- En les sortides ajupides verificarà que tots els atletes estiguin immòbils en la posició de llestos, abans del tret.
- Si no s'utilitza altaveu, s'ha de col·locar de forma que la distància entre ell i cada participant sigui aproximadament la mateixa. Pot col·locar la pistola o algun aparell aprovar en aquest lloc i accionar-la a distància.

- L'advertència i la desqualificació per sortida falsa només la pot aplicar el jutge de sortides.
- Assigna a cada adjunt un missió i una posició específiques.

RC 22.4. Adjunts del jutge de sortides. Ajuden al jutge de sortides. A les curses de 200m, 300m, 400m (amb i sense tanques), 4x100m, 4x200m, 4x300m i 4x400m, s'han de designar 2 adjunts com a mínim. Se situen de forma que puguin veure amb la mateixa facilitat cadascun dels competidors que tingui assignats. En cas d'infracció han d'anul·lar la sortida i comunicar les seves observacions al jutge de sortides, el qual decidirà.

RC 23. Ajudants del jutge de sortides. Comproven que els participants competeixin en la sèrie que els correspon i que duen el dorsal col·locats correctament. Situen cada corredor al seu lloc o carrer, uns 3m darrere de la línia de sortida. Un cop fet això, fan un senyal al jutge de sortides per indicar que tot és a punt. Ho han de fer cada cop que es repeteixi una sortida. Són els responsables de que els testimonis estiguin a punt per als primers corredors de relleus. Seguint les indicacions del jutge de sortides, mostren les targetes d'advertència o desqualificació per sortida nul·la.

RC 24. Anotadors de voltes. Enregistren les voltes fetes per cada competidor. Caldrà fer una relació dels atletes en l'ordre del seu pas per la línia d'arribada en cada volta, així sabrem en tot moment com es desenvolupa la cursa. No fer mai un control de voltes utilitzant la relació de dorsals dels atletes participants i afegint una creu cada cop que passen per la línia d'arribada, ja que amb aquest sistema no sabrem l'ordre que porten els atletes dins la cursa.

Un anotador de voltes portarà el marcador. El marcador canviarà cada volta quan l'atleta que encapçala la cursa entra en la recta de meta. S'han de donar indicacions de les voltes que falten als competidors doblats. El començament de la darrera volta s'ha de notificar a cada corredor fent sonar una campana.

RC 25. Secretaria de la competició. Reuneix els resultats de cada prova que li faciliti el JA, el cap de cronometratge, el cap de Foto-Finish i l'operador de l'anemòmetre. Registra i publica els resultats.

Anotarà les següents abreviatures quan calgui:

- DNS: no ha pres la sortida en una cursa o no fa cap intent en un concurs.
- DNF: ha pres la sortida però no ha acabat una cursa.
- NM: no té marca (per exemple perquè ha fet 3 nuls en l'altura inicial en perxa).
- DQ: desqualificat.
- O: intent vàlid en alçada i perxa.
- X: intent nul en concursos.
- -: passa en concursos.
- r: abandona un concurs.

RC 29. Jutges de cambra de requeriments: Han d'assegurar-se que:

- Els atletes portin l'uniforme del seu club o federació.
- Els atletes portin posats els dorsals i que corresponguin amb la llista de sortida.
- Les sabatilles i els claus siguin reglamentaris.
- La publicitat de la roba, de la bossa... dels atletes sigui conforme amb els reglaments WA.
- Cap tipus de material no autoritzat no sigui introduït en la pista.
- Tots els atletes estiguin preparats per passar a la zona de competició en l'horari establert.
- Supervisar el pas de la zona d'escalfament a la zona de competició.

REGLAMENT TÈCNIC

I. GENERALITATS

RT 3. Categories d'edat.

Sub-10	8 o 9 anys el 31/12 de l'any de competició
Sub-12	10 o 11 anys el 31/12 de l'any de competició
Sub-14	12 o 13 anys el 31/12 de l'any de competició
Sub-16	14 o 15 anys el 31/12 de l'any de competició
Sub-18	16 o 17 anys el 31/12 de l'any de competició
Sub-20	18 o 19 anys el 31/12 de l'any de competició
Sub-23	20, 21 o 22 anys el 31/12 de l'any de competició
Màster	Al complir els 35 anys

RT 5. Indumentària, sabatilles, claus i dorsals.

Indumentària.

Roba neta, dissenyada i portada de manera que no sigui reprovable. Que no transparenti encara que sigui molla. No pot dificultar la visió del jutges (per exemple, qualsevol element que tapi el genoll en marxa). Obligació de portar la vestimenta oficial (federació ,club).

Sabatilles.

Es pot competir descalç o amb calçat en un o en tots dos peus. No poden comportar un ajut addicional per l'atleta.



El gruix màxim de la sola de les sabatilles les podeu veure a la taula següent.

Prova	Gruix màxim de la sola
Concursos (excepte Triple Salt)	20 mm
Triple Salt	25 mm
Curses de menys de 800 metres	20 mm
Curses de 800 o més metres	25 mm
Cros	25 mm

Proves de Carretera (curses i marxa)	40 mm
Curses de Muntanya i Trail	Qualsevol gruix

Claus.

Poden utilitzar-se un màxim de 11 claus per sabatilla. La sabatilla no pot tenir més de 11 emplaçaments. La llargada màxima dels claus les podeu veure a la taula següent.



Prova	Llargada màxima
Alçada i javelina (aire lliure)	12 mm
Resta proves (aire lliure)	9 mm
Pista coberta	6 mm

Dorsals.

Cada participant ha de dur 2 dorsals de forma visible sobre el pit i l'esquena. En les Proves de Salts en poden dur un de sol, al pit o a l'esquena. Els números han de coincidir amb els del programa i l'atleta no podrà participar sense dorsal o dorsals. Es pot portar el nom de l'atleta o altres informacions (lloc de rànquing ...).

No es poden manipular, excepte en proves de fons on es poden perforar sempre que no afecti ni números ni lletres.

Si es fa servir Foto-Finish es pot exigir que els atletes portin números adhesius als costats del pantalons.

RT 4.3. Inscripcions simultànies.

El JA pot autoritzar un atleta que estigui inscrit en més d'una prova (una cursa i un concurs o més d'un concurs) a fer els intents del concurs en un ordre diferent al del sorteig, excepte en la darrera ronda d'un concurs (aquesta excepció no s'aplica a les Proves Combinades). Si, tot i haver fet el canvi, l'atleta no està present per al seu intent, es considerarà que passa una vegada hagi transcorregut el temps permès per fer l'intent. En els salts verticals, si l'atleta no està present en el moment en què tots els participants han acabat la prova, es considerarà que l'ha abandonat.

RT 4.4. Abstenció de participar.

Un competidor serà exclòs de participar en ulteriors proves de la competició si:

- Ha confirmat definitivament la seva participació i després no ho fa.
- S'ha classificat en sèries preliminars per participar en una altra posterior i després s'absté de participar. Abstenir-se de participar inclou la manca de competir honestament, amb autèntic esforç.

El JA decidirà sobre aquesta qüestió (això no s'aplica a les Proves Combinades).

RT 9. Competició mixta.

Normalment no són autoritzades en les competicions que es desenvolupin totalment en un estadi. Les marques obtingudes no podran ser homologades com a rècord. La RFEA autoritza les proves mixtes en categories Sub 16 i inferiors. En pista, un atleta masculí no pot fer de llebre a una atleta femenina o viceversa.

RT 6.3. Assistència no permesa.

- Qualsevol atleta que rebi ajut o ajudi des de l'interior de la zona de competició durant una prova, ha de ser amonestat pel JA i advertir que si es repeteix serà desqualificat de la prova.
- Marcar el pas en curses per persones no participants, per participants doblats o a punt de ser-ho o per qualsevol aparell tècnic excepte els acceptats segons la Regla 6.4 del Reglament Tècnic.
- L'ús o possessió de vídeo, magnetòfons telèfons portàtils o aparells similars en l'Àrea de Competició.
- La prestació, per qualsevol oficial de la competició, de consell o un altre suport no relacionat o obligat pel seu paper específic en la competició en aquest moment (per exemple, consells d'entrenament, el punt de batuda en un concurs de salts, excepte per a indicar un nul en salts horitzontals, diferències de temps o distàncies en una cursa, etc.).
- Rebre suport físic d'un altre atleta (diferent a ajudar a recobrar la posició d'en peu) que ajudi a l'atleta a progressar cap endavant en la cursa.

RT 6.4. Assistència permesa.

- La comunicació entre atletes i entrenadors que no es trobin a la zona de competició (es reservarà un lloc a les tribunes per tenir els entrenadors a prop).
- La fisioteràpia o tractament mèdic fet únicament per personal autoritzat i sense que afecti al desenvolupament de la prova.
- Monitors cardíacs, comptadors de velocitat/distància o control de l'amplitud de la gambada o aparells similars portats pels atletes de manera personal durant una prova, a condició que aquests dispositius no puguin ser utilitzats per a comunicar-se amb altres persones.
- El visionat pels atletes participant en concursos, de les imatges d'intent(s) previ(s), gravades per a ells per persones no situades en l'Àrea de Competició. L'equip de visionat o les imatges gravades no poden ser introduïdes a la zona de competició.
- Gorres, guants, sabatilles, peces de roba facilitades als atletes en estacions oficials o quan sigui d'una altra manera aprovat pel jutge àrbitre pertinent.
- Rebre suport físic d'un oficial o d'una altra persona designada pels organitzadors per recobrar la posició d'en peu o accedir a assistència mèdica.
- Llums electròniques o un altre aparell similar indicant temps progressius durant una cursa, incloent d'un rècord pertinent.

RT 7. Desqualificacions.

- L'article infringit ha de constar en els resultats. Els articles els podeu trobar en el full resum.
- L'atleta desqualificat per motius tècnics podrà participar en la resta de proves. Qualsevol marca obtinguda en aquesta prova no serà considerada vàlida però si ho seran les obtingudes en rondes anteriors. Exemples de desqualificació per motius tècnica serien: realitzar sortida falsa (RT 16.8), Córrer fora del seu carrer (RT 17.3.1) o haver rebut el testimoni abans/després de la zona de transferència (RT 24.7).
- Si un atleta és desqualificat per conducta antiesportiva (targeta vermella directa) o rep una segona amonestació (segona targeta groga) per comportament antiesportiu serà desqualificat i no podrà participar en cap altra prova de la competició. Quedarà constància en els resultats. Qualsevol marca obtinguda en aquesta prova no serà considerada vàlida. Les marques obtingudes en eliminatòries o sèries anteriors seran vàlides. Si la segona advertència es produeix en una altre prova, es desqualificarà només en aquesta última. En canvi, si està disputant proves simultànies es desqualificarà de totes elles. Un exemple de desqualificació per conducta antiesportiva seria haver rebut una exclusió per conducta incorrecta (RC 18.5).

RT 8. Reclamacions i Apel·lacions.

Com a jutges i davant d'una reclamació, sempre s'ha d'avisar al JA, tinguin raó o no les persones que reclamen.

Les reclamacions relatives al resultat o el desenvolupament d'una prova s'han de realitzar dins dels trenta minuts després de l'anunci oficial dels resultats de la prova.

Tota reclamació s'ha de formular verbalment al JA, per un atleta, per algú que actuï en el seu nom o per un representant oficial d'un equip. Aquesta persona o equip només pot fer una reclamació si participa a la mateixa ronda de la prova a la qual la reclamació (o posterior apel·lació) es refereixi (o estan competint en una competició en la qual es va a efectuar una puntuació per equips). Per arribar a una justa decisió, el JA considerarà qualsevol evidència disponible que cregui necessària, inclosa una pel·lícula o foto produïda per una gravadora de vídeo oficial o qualsevol altra evidència de vídeo disponible. El JA pot decidir sobre la reclamació o sotmetre-la al Jurat d'Apel·lació. Si el JA pren una decisió, hi haurà dret d'apel·lació a Jurat.

El JA pot deixar competir un atleta "sota protesta".

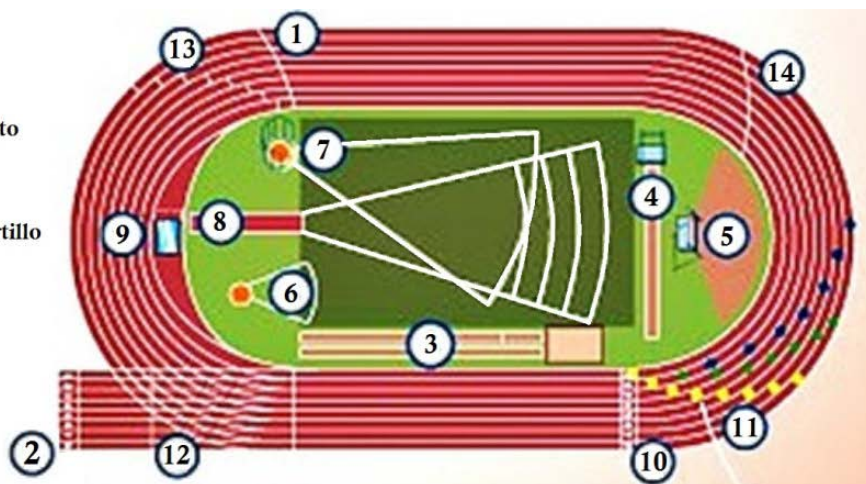
En una prova de Concurs, si un atleta fa una reclamació verbal immediata contra un intent jutjat com nul, el JA de la prova podrà, si té algun dubte, ordenar que l'intent sigui mesurat i que el resultat sigui registrat, per preservar el dret de tots els interessats.

II. CURSES

RT 14. LES MIDES D'UNA PISTA.

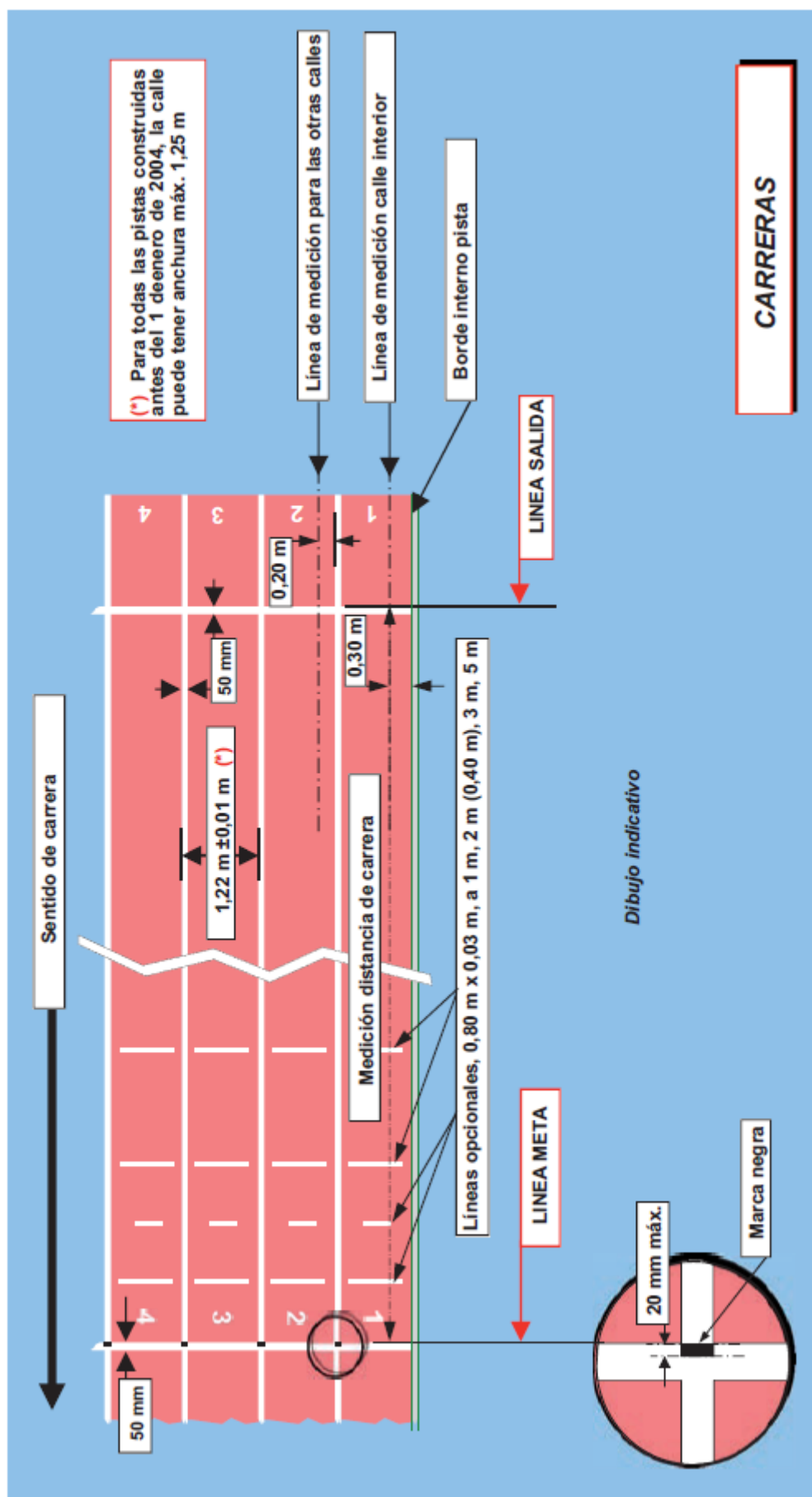
La llargada (nominal) de la pista de curses serà de 400 m (normalment amb 8 o més carrers). La pista tindrà dues rectes paral·leles i dos corbes, els radis de les quals seran iguals. A l'interior de la pista (corda) se situarà una vorera elevada de material apropiat, d'aproximadament 5 cm d'altura i un mínim de 5 cm d'amplada.

1. Salida 3.000 y 5.000 m
2. Salida 110 m vallas
3. Salto de longitud y triple salto
4. Salto con pértiga
5. Salto de altura
6. Lanzamiento de peso
7. Lanzamiento de disco y martillo
8. Jabalina
9. Ría de obstáculos
10. Línea de llegada
11. Salida 10.000 m
12. Salida 100 m y 200 m
13. Salida 200 m
14. Salida 1.500 m



Si una secció de la vorera s'ha de moure temporalment, el seu emplaçament haurà de quedar senyalitzat per una línia blanca de 5cm d'amplada i per uns cons de plàstic col·locats sobre la línia blanca de forma que el caire de la base del con coincideixi amb el caire de la línia blanca i en intervals que no passin dels 4m en corba (2m a la zona de la ría en la cursa d'obstacles) i 10m en recta. Això s'aplicarà de la mateixa manera a la secció de la pista d'obstacles on els participants deixen el perímetre general de la pista de curses per entrar al fossat d'aigua.

En totes les curses de fins a 400 m inclusivament, cada participant ha de tenir un carrer per separat, d'una amplada d'1,22 m, senyalitzat amb línies blanques de 5 cm d'amplada. Tots els carrers seran de la mateixa amplada. En la mesura de l'amplada de cada carrer s'hi ha d'incloure només la línia de la seva dreta, en la direcció de la cursa.



RT 15. BLOCS DE SORTIDA.

Cal fer servir blocs de sortida en totes les curses fins a 400 m inclusivament (també el primer corredor de 4x200 m, 4x400 m i relleu mixt) i no es poden utilitzar en cap altra cursa. Quan els blocs de sortida es trobin en posició a la pista, cap part no en pot sobrepassar o quedar sobre la línia de sortida o sortir del carrer que correspon a l'atleta, excepte la part posterior de l'estructura que pot anar més enllà de la línia exterior del carrer, sempre que no molesti a cap altre atleta.



***Posición correcta.
La plancha y el
soporte están en el
interior de la calle***



***Posición correcta.
La plancha está en la
calle y el armazón
puede extenderse a la
calle exterior.***



***Posición incorrecta.
El armazón supera la
línea de salida.***



***Posición incorrecta.
La plancha invade la
calle exterior***

Les categories exemptes de l'obligació de fer servir els blocs de sortides són:

- Sub 10
- Sub 12
- Sub 14
- Màsters

RT 16. LA SORTIDA.

La sortida d'una cursa s'ha de senyalitzar amb una línia de 5 cm d'amplada. En totes les curses que no es disputin en carrers individuals, la línia de sortida ha de ser corba, de manera que, tots els corredors cobreixin la mateixa distància fins a la meta.

La sortida de totes les curses s'ha d'efectuar al disparar una pistola o bé un altre aparell similar, disparant a l'aire, després que el jutge de sortides hagi comprovat que tots els competidors estan absolutament immòbils als seus llocs i en la posició correcta.

Sortides en curses de fins a 400m inclusivament.

En curses de fins a 400m inclusivament (comprentent-hi les de 4x200m, 4x300m i 4x400m), després de la veu de "Als seus llocs!", l'atleta s'acostarà a la línia de sortida, prendrà una posició completament a l'interior del carrer assignada i darrere de la línia de sortida. L'atleta no tocarà ni la línia de sortida ni el terra davant d'aquesta línia, amb les mans o amb els peus. Les dues mans i, al menys, un genoll estaran en contacte amb el terra i els dos peus han d'estar en contacte amb les planxes per als peus dels tacs de sortida. A la veu de "Llestos!", l'atleta s'alçarà immediatament fins a la seva posició definitiva de sortida, sense tocar amb els genolls a terra, mantenint el contacte de les seves mans amb el terra i el dels seus peus amb les planxes dels tacs de sortida. Després que el jutge de Sortides hagi constatat que tots els atletes estan estables, es dispararà la pistola.

Sortides en curses superiors a 400m.

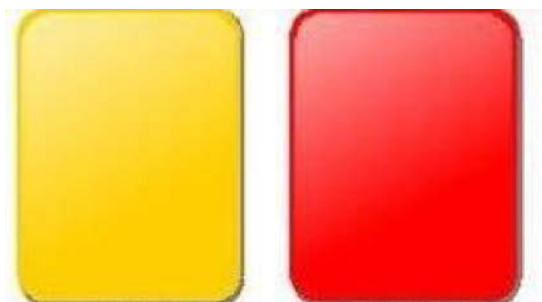
En curses superiors de 400m (excepte 4x200m, 4x300m i 4x400m), cap atleta tocarà terra amb les seves mans, ni tampoc la línia de sortida ni el terra davant d'aquesta línia amb els seus peus en la posició de "Als seus llocs". Cap competidor podrà tocar el terra amb cap mà durant la Sortida. Després que el jutge de Sortides hagi constatat que tots els atletes estan estables i en la posició correcta de sortida, es dispararà la pistola.

Si, per qualsevol raó, el Jutge de sortides considera que no tot és a punt per procedir a donar la sortida un cop els competidors siguin "Als seus llocs" o "Llestos" ha d'ordenar que tots es posin drets, i els ajudants del jutge de sortides els han de situar novament als llocs respectius en la línia de reunió.

Si un atleta, en opinió del Jutge de sortides,

- després de les veus "Als seus llocs" o "Llestos", i abans del tret, és el causant que la sortida sigui avortada, per exemple aixecant la mà i/o aixecant-se en el cas de sortida ajupida sense raó vàlida (aquesta raó serà avaluada pel JA respectiu); o
- incompleix les ordres "Als seus llocs" o "Llestos", segons el cas o no adopta la seva definitiva posició de sortida després d'un temps raonable; o
- després de les veus "Als seus llocs" o "Llestos" molesta els altres atletes de la cursa fent soroll o d'altra manera,

el Jutge de sortides interromprà la sortida. El JA podrà amonestar l'atleta per actitud incorrecta o desqualificar-lo en cas d'una segona infracció d'aquesta norma durant la mateixa competició (tarja groga o vermella).



En els casos on es consideri que una causa externa ha provocat la interrupció de la sortida, o quan el JA no estigui d'acord amb la decisió del jutge de sortides, es mostrarà a tots els atletes una targeta verda per a indicar que la sortida falsa no ha estat comesa per cap atleta.

Sortida falsa.

Un atleta, un cop adoptada la seva posició definitiva de sortida, només pot iniciar el seu moviment definitiu de sortida després de la detonació de la pistola. Si el jutge de sortides (o adjunts), creu que això no s'ha complert, la sortida és declarada nul·la. Si el jutge de sortides, o qualsevol dels seus adjunts, considera que la sortida no ha estat correcta, farà tornar als competidors disparant la pistola de nou.

A la pràctica, quan un o més participants fan una sortida falsa, d'altres tenen tendència a seguir-los i, en teoria, tot aquell que ho fa així, també ha efectuat una sortida falsa. El jutge de sortides ha d'amonestar solament el competidor o els competidors que, al seu parer, han estat els responsables de la sortida falsa. Els amonestats, doncs, poden ser diversos.

Excepte en proves combinades, tot atleta que sigui responsable d'una sortida nul·la serà desqualificat i se li mostrarà una targeta vermella i negra (en diagonal). També es col·locarà una indicació als seus indicadors de carrers, si s'usen.

En proves combinades o en categories de promoció FCA (Sub 10, Sub 12, Sub 14) o màsters FCA, en el cas d'una primera sortida nul·la, el atleta o atletes responsables de la sortida nul·la seran advertits per un o diversos ajudants del jutge de sortides amb una targeta groga i negra (en diagonal) i es col·locarà un senyal en els seus respectius indicadors de carrers, al mateix temps, la resta d'atletes seran advertits amb una targeta groga i negra, per un o diversos ajudants dels jutges de sortides. Amb aquest avís, es comunica als atletes de la mateixa sèrie que a partir d'aquest moment qualsevol atleta que cometí una sortida falsa serà desqualificat. En el cas de sortides falses posteriors, l'atleta o atletes que les cometin seran desqualificats i se'ls mostrarà una targeta vermella i negra. També es col·locarà un senyal als seus indicadors de carrers, si s'usen.

Quan una sortida nul·la no es pot atribuir a cap atleta s'haurà d'ensenyar una targeta verda.



Sortides de 1.000 m, 2.000 m, 3.000 m, 5.000 m i 10.000 m.

Quan hi hagi més de 12 competidors en una cursa, se'ls pot distribuir en dos grups, un dels quals constarà aproximadament de 2/3 dels competidors i se situarà sobre la línia normal corba de la sortida, i l'altre grup se situarà sobre una altra línia de sortida, també corba, que s'ha de marcar a la meitat exterior de la pista. El segon grup ha de córrer per la meitat exterior de la pista fins al final de la primera corba de la cursa.



La línia de carrer lliure (explicada al punt següent) per als 800 m, indica el lloc en el qual els atletes del grup exterior en 2.000 i 10.000 m poden reunir-se amb els corredors que van utilitzar la línia de sortida normal. La pista serà marcada a l'entrada de la recta d'arribada per les sortides en grup de 1.000, 3.000 i 5.000 m per indicar on els atletes que surtin en el grup exterior es poden ajuntar amb els del grup amb sortida normal.

Aquest senyal pot ser una marca de 5 x 5 cm sobre la línia entre els carrers 4 i 5 (carrers 3 i 4 per una pista de 6 carrers) sobre la qual es col·locarà un con fins que els dos grups es reuneixin.

RT 17. LA CURSA.

La cursa s'ha de fer tenint la vorera del carrer interior a l'esquerra. Els carrers han d'anar numerats, i el número 1 serà el que té la vorera interior a l'esquerra.

Obstrucció.

Qualsevol participant que empenyi un altre amb empentes o cops de colze, s'encreui, en la cursa o marxa, davant d'ell o bé li obstrueixi el pas impedit-li d'avançar, pot ser desqualificat pel JA.

Infraccions en carrers.

En totes les curses per carrers, els participants s'han de mantenir, des de la sortida fins a la meta, al carrer que els ha estat assignat. Això s'ha d'aplicar també a qualsevol part d'una cursa que es realitzi parcialment, per carrers. Excepte el que s'indica més avall, si el JA es mostra conforme amb l'informe d'un jutge, auxiliar o altre, que un participant ha corregut fora del seu carrer, en la part interior d'una corba, haurà de ser desqualificat.



Si un atleta es empès o forçat per una altra persona a córrer fora del seu carrer, sense obtenir cap avantatge apreciable, el participant mai no serà desqualificat.

Un atleta tampoc serà desqualificat si:

- corre fora del seu carrer en línia recta, o
- corre fora de la línia exterior corba del seu carrer,

sense que hagi estat obstaculitzat cap altre corredor ni aconseguit cap avantatge apreciable.

Normalment la prova de 800 m s'ha de córrer per carrers individuals fins la línia de carrer lliure després de la primera corba, lloc on els corredors poden deixar els seus respectius carrers quan hagin passat la línia de carrer lliure.

Línia de carrer lliure.

La línia de carrer lliure serà un línia corbada, de 5 cm d'amplada a través de la pista. Per ajudar als participants a identificar el carrer lliure, petits cons o prismes de base 5 x 5 cm i d'una altura màxima de 15 cm i de diferent color que la línia de carrer lliure, poden ser col·locats just abans de les interseccions de les línies de cada carrer i la línia de carrer lliure. La sortida de la prova de 800m també es pot fer amb sortida agrupada o amb 2 atletes per carrer.





Abandonament.

Si un participant abandona voluntàriament la pista, no se li permetrà de continuar la prova.

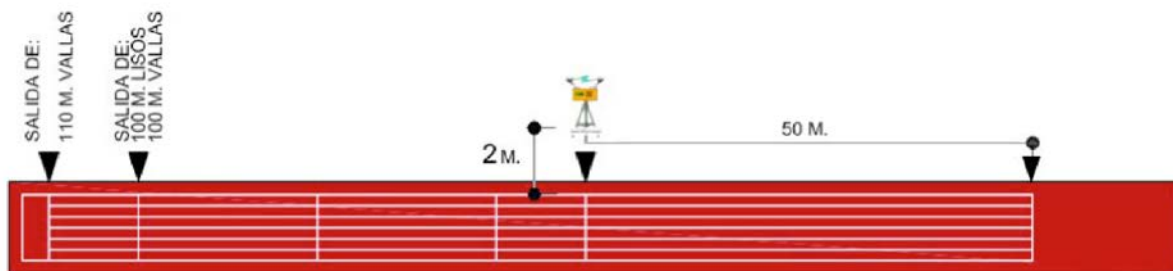
Marques.

A excepció de les proves de relleus que es corren totalment o part d'elles per carrers, els participants no poden fer marques ni col·locar objectes a la pista ni als seus costats per tal que serveixin de referències.

Mesurament del vent.

Els períodes en què s'ha de mesurar la velocitat del vent són els que s'indiquen a continuació:

PROVA	TEMPS	QUAN ES MESURA	ON ESTÀ SITUAT Altura a 1,22m
100 mll	10"	Quan es dona el tret de sortida.	A 50 m de l'arribada. Anemòmetre a no més de 2m de la pista.
100/110 mt	13"	Quan es dona el tret de sortida.	
200 mll	10"	Quan el 1r atleta entra a la recta (100m).	
Llargada/triple	5"	Des del moment en que l'atleta passi per una marca situada a 40m (llargada) o 35m(triple) de la taula de batuda. En el cas de que l'atleta corri menys de 40m o 35m, segons el cas, es mesura a partir del moment en que inicia la cursa.	A 20 m de la taula de batuda. Anemòmetre a no més de 2m del passadís d'impuls.



L'enregistrament de l'anemòmetre es farà en metres per segon, arrodonint la mesura fins al següent decímetre superior en sentit positiu. Exemples:

Lectura anemòmetre	Registre
+2,03	+2,1
+1,00	+1,0
+1,47	+1,5
-2,03	-2,0
-1,00	-1,0
-1,47	-1,4

Indicació de temps parcials.

Els temps parcials i els oficiosos dels vencedors poden anunciar-se i/o exhibir-se oficialment. Fora d'això, aquests temps no haurien de comunicar-se als atletes per persones situades a la zona de competició sense l'aprovació prèvia del JA corresponent. Aquesta autorització solament es concedirà quan cap

marcador de temps sigui visible pels atletes en el lloc que ells es troben i en les circumstàncies que aquests temps siguin donats a tots els atletes participants en la cursa.

Begudes/esponges.

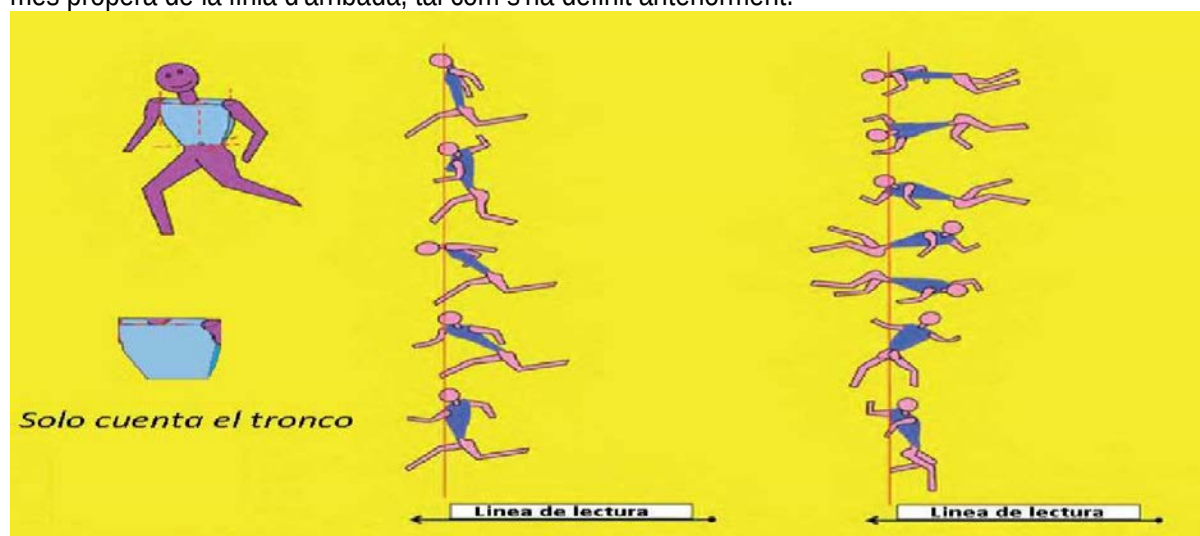
En proves en pista de 5.000 m o més els organitzadors poden proporcionar aigua i esponges (segons condicions climatològiques). En proves en pista de més de 10.000 m ha d'haver-hi avituallament.

RT 18. L'ARRIBADA.

L'arribada d'una cursa o meta estarà assenyalada per una línia blanca de 50 mm d'amplada.

En una cursa basada en la distància en un temps, es donarà un tret 1 minut abans del final de la cursa, i un altre al final. La distància es mesurarà fins el metre anterior més pròxim a l'última petjada feta justament abans del tret final.

Els atletes seran classificats en l'ordre en què qualsevol part del seu tronc (és a dir, no es té en compte ni el cap, ni el coll, ni els braços, ni les cames, ni les mans, ni els peus) arribi al pla vertical de la vora més propera de la línia d'arribada, tal com s'ha definit anteriorment.



RT 19. CRONOMETRATGE I FOTO FINISH.

Es reconeixen tres mètodes de cronometratge com a oficials:

- Cronometratge Manual;
- Cronometratge Totalment Automàtic obtingut d'un Sistema de Foto Finish;

- Cronometratge proporcionat per un Sistema de Transponedors, només per a curses que no es desenvolupin completament a l'estadi d'atletisme.

Cronometratge manual.

Els cronometradors estaran en línia amb la meta. Per tal que tothom pugui tenir una bona visibilitat de la línia d'arribada s'hauria de comptar amb una plataforma elevada.

Els cronometradors faran servir cronòmetres elèctrics amb lectura digital operats manualment.

El temps es mesurarà des de la fogonada/fum de la pistola.

En totes les curses, cronometrades manualment, els temps es llegiran i registraran com segueix:

- Per a curses en pista, llevat que el registre sigui 0.1 de segon exacte, el temps es convertirà i registrarà a la propera dècima de segon més gran, per exemple, 10.11 serà registrat com 10.2.
- Per a curses parcials o totalment fora de l'estadi, llevat que el registre sigui un segon sencer exacte, el temps es convertirà i registrarà en el proper segon enter més gran; per exemple, 2:09:44.3 serà registrat com a 2:09:45.

Si, després de convertir els temps com s'ha esmentat abans,

- Si es disposa de 3 temps i dos dels tres temps coincideixen i el tercer difereix, el temps registrat per aquells dos serà l'oficial. Si els tres estan en desacord, el temps intermedi serà l'oficial.
- Si només es disposa de dos temps i ambdós són diferents, el temps oficial serà el major dels dos.

Exemple de temps registrats per cronometradors manuals i temps final oficial:

PROVA: 100m	TEMPS DE CADA CRONOMETRADOR								FINAL
Ordre Final	1	2	3	4	5	6	7	8	Temps Oficials
1	10.24	10.28	10.32						10.3
2				10.31	10.35	10.39			10.4
3		11.19					10.98	11.09	11.1
4			10.99	11.08	11.27				11.1
5						12.17	12.04		12.2
6								12.49	12.5

Sistema de Cronometratge Totalment Automàtic i Foto Finish

El Sistema es posarà en marxa automàticament pel senyal del Jutge de Sortides.

Un sistema que operi automàticament en l'arribada però no en la sortida, es considerarà que aconsegueix Temps Manuals. En aquest cas, la imatge pot ser utilitzada com a suport vàlid per a determinar els llocs i ajustar les diferències de temps entre els atletes.

Un sistema que operi automàticament a la sortida però no en l'arribada, es considerarà que no aconsegueix ni Temps Manuals ni Totalment Automàtics.

Els temps es llegiran i registraran a la imatge de la Foto Finish de la forma següent:

- En totes les curses en pista fins a 10.000 m inclusivament, el temps es registrarà en centèsimes de segon.
- En totes les curses en pista majors de 10.000 m, els temps es registraran en dècimes de segon.
- En totes les curses desenvolupades parcialment o totalment fora de l'estadi, els temps es registraran en segons.

Sistema amb Transponedor

Per a totes les curses, tots els temps que no acabin en zero seran convertits i registrats al següent segon sencer (2:09:44.3 serà registrat com 02:09:45).

El temps oficial serà el transcorregut entre el tret de la pistola (o el senyal de sortida sincronitzada) i el moment en què l'atleta creui la línia d'arribada. No obstant això, el temps transcorregut entre que un atleta creua la línia de sortida i la línia de meta li pot ser donat a conèixer, però no serà considerat temps oficial.

Es recomana la presència de jutges i/o gravacions en vídeo per ajudar a determinar l'ordre d'arribada i la identificació dels atletes.

	Manual	Foto Finish	Transponedor
Pista fins a 10000m	Dècimes	Centèsimes	
Pista més de 10000m	Dècimes	Dècimes	
Fora Estadi	Segons	Segons	Segons

*Sempre que el temps no acabi en 0, s'arrodoneix per excés, cap amunt, a la unitat següent.

RT 22. CURSES AMB TANQUES.

Les distàncies estàndards seran:

Absoluts Masculins, Sub20 M i Sub18 M: 110 m i 400 m

Absolutes Femenines, Sub20 F i Sub18 F: 100 m i 400 m

Hi haurà deu tanques a cada carrer, col·locades d'acord amb la següent taula (categories Absoluta, S20 i S18):

Distància de la cursa	Distància de la línia de sortida a la primera tanca	Distància entre tanques	Distància de l'última tanca a la línia d'arribada
110 (homes, línies blaves)	13,72m	9,14m	14,02
100 (dones, línies grogues)	13,00m	8,50m	10,50m
400 (tots, línies verdes)	45m	35m	40m

Les altures estàndards de les tanques seran les següents:

Distància	Abs M	S20 M	S18 M	Abs F i S20 F	S18 F
110/100	1,067m	0,991	0,914	0,838	0,762
400	0,914m	0,914m	0,838	0,762	0,762

El nombre de tanques, distància de la cursa, distància a la primera tanca, distància entre tanques, distància de l'última tanca a la línia de meta i altura de les tanques són diferents per a les categories de promoció i per a les categories màster.

Totes les curses es correran per carrers i cada atleta passarà per sobre de cada tanca i es mantindrà en el seu carrer durant la cursa. El no fer-ho comportarà la desqualificació.

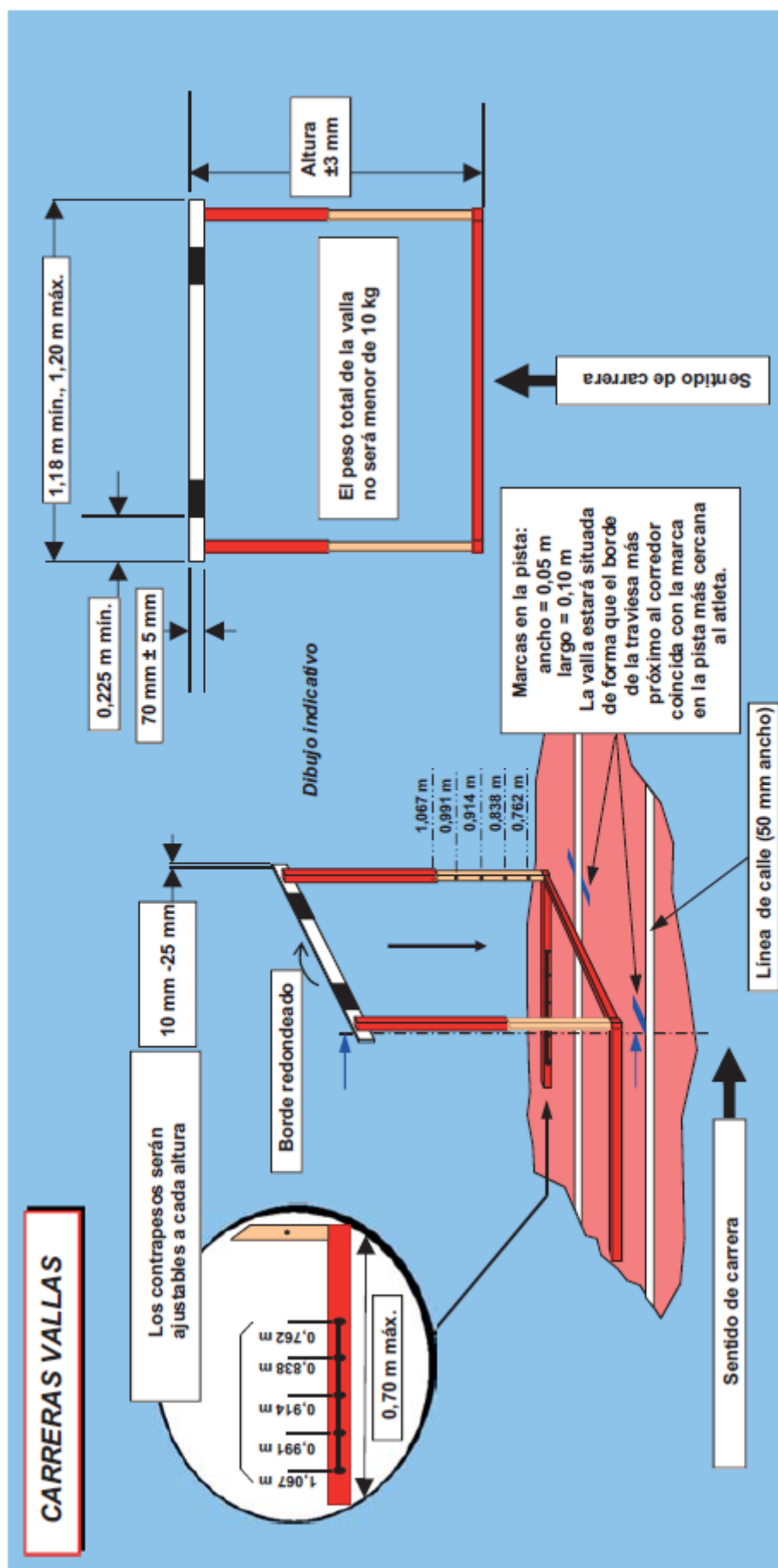
Adicionalment, un atleta serà desqualificat si:

- el seu peu o cama, en el moment del franqueig, passa pel costat de la tanca (per qualsevol d'ambdós costats), per sota del pla horitzontal de la part superior de qualsevol tanca; o
- fa caure o desplaça qualsevol tanca amb la mà, cos o part davantera de la cama d'atac; o
- directament o indirectament, fa caure o desplaça una tanca al seu carrer o en un altre carrer de tal manera que hi ha conseqüències o obstrucció a qualsevol(qualssevol) altre(s) atleta(s) a la cursa i/o infringeix alguna altra Regla.

Un atleta pot passar per sobre de la tanca de qualsevol forma, per exemple col·locant les mans a la tanca, mentre la tanca no sigui desplaçada o la seva altura disminuïda de qualsevol manera incloent la inclinació en qualsevol direcció.

Si no es fa de manera antireglamentària, el tirar tanques a terra no comportarà la desqualificació ni impedirà establir un Rècord.

Les tanques estaran dissenyades de manera que, per tombar-les, calgui exercir una força horitzontal de, almenys, 3,6 kg aplicada al centre de la vora més alt de la barra superior. Podran ser regulables pel que fa a l'altura que es necessiti a cada prova. Els contrapesos han de ser graduables de manera que a cada altura es necessiti aplicar una força de 3,6 kg com a mínim i de 4 kg com a màxim per tombar-la. En l'esquema següent es pot veure on s'ha de col·locar, per a cada altura de la tanca, el contrapès corresponent.



RT 23. CURSES AMB OBSTACLES.

Les distàncies estàndards seran 2.000m i 3.000m.

Per a la prova de 3.000m hi haurà 28 salts de tanques i 7 salts de ria. La distància des de la sortida a l'inici de la primera volta no inclourà cap obstacle, estant els obstacles retirats fins que els atletes passen per meta per primera vegada.

Per a la prova de 2.000 m, hi haurà 18 salts de tanques i 5 salts de ria. El primer obstacle és a la tercera tanca d'una volta. Els obstacles anteriors estaran retirats fins que els atletes els hagin passat per primera vegada.

En les proves amb obstacles hi haurà cinc salts en una volta completa, sent el salt de la ria el quart. Els obstacles haurien d'estar distribuïts de forma regular, de manera que la distància entre els obstacles serà aproximadament la cinquena part de la longitud nominal de la volta.

Les alçades estàndards dels obstacles seran les següents:

Abs M i S20 M	S18 M	Abs F i S20 F i S18 F
0,914 m	0,838 m	0,762 m

Tota la informació anterior, es pot resumir a la taula següent:

Distància	Categoria	Altura	Nombre obst.	Nombre ries	1r obstacle
2000	S18 M	0,838	18	5	Abans de la ria
	S20 M o majors	0,914			
	Femenina	0,762			
3000	S18 M	0,838	28	7	Després de passar meta
	S20 M o majors	0,914			
	Femenina	0,762			

La distància de la cursa, altura dels obstacles i nombre dels obstacles són diferents per a les categories de promoció i per a algunes categories màster.

Cada atleta passarà per sobre o a través de l'aigua i franquejarà cada obstacle. No fer-ho comportarà la desqualificació.

A més, un atleta serà desqualificat si:

- passa a un o altre costat de la ria, o
- el seu peu o cama, en el moment del franqueig, passa pel costat de l'obstacle (per qualsevol d'ambdós costats), per sota del pla horitzontal de la part superior de l'obstacle.

A condició que es compleixin les condicions anteriors per no desqualificar, l'atleta pot passar per sobre de cada tanca de qualsevol forma.



RT 24. CURSES DE RELLEUS.

Les distàncies estàndards seran: 4x100m i 4x400m.

La distància de la cursa i el nombre de rellevistes són diferents per a les categories de promoció.

Hi hauran línies de 5cm d'amplada a través de la pista per marcar el començament i final de les zones de transferència de cada posta.

En el relleu 4x100m, cada zona de transferència serà de 30m de longitud. En el relleu 4x400m, cada zona de transferència serà de 20m de longitud.



Les zones de transferència començaran i acabaran a les vores de les línies de zona més properes a la línia de sortida en el sentit de la cursa. Per a cada transmissió efectuada en carrers, s'assignarà un jutge el qual s'ha d'assegurar que els atletes estan posicionats correctament a la seva zona de transferència.

Quan una Cursa de Relleus es corri completament o la primera part de la mateixa per carrers, un atleta pot posar una marca sobre la pista dins del seu propi carrer, amb una cinta adhesiva de 5cm x 40cm màxim, d'un color viu que no es confongui amb altres marques permanents.

El testimoni dels relleus consistirà en un tub llis, buit, de secció circular, fet en fusta, metall o qualsevol altre material rígid, d'una sola peça, la longitud del qual serà de 28cm a 30cm. Hauria de ser de color, per tal que pugui ser fàcilment visible durant la cursa.

Especificacions del testimoni i directrius d'interacció:

- S'utilitzarà un testimoni per a totes les Curses de Relleus que se celebrin a l'estadi i es durà a la mà durant tota la cursa.
- Als atletes no se'ls permet portar guants o posar-se material o substàncies a les mans a l'objectiu d'obtenir millor adherència del testimoni.
- Si caigués, el testimoni ha de ser recollit per l'atleta a què li ha caigut. L'atleta pot abandonar el seu carrer per recuperar el testimoni, sempre que, en fer-ho, la distància a cobrir no sigui disminuïda. A més, quan el testimoni cau de tal manera que es desplaça cap a un costat o cap endavant en la direcció de la cursa (incloent més enllà de la línia d'arribada), l'atleta a què li ha caigut, després de recuperar-lo, haurà de tornar com a mínim al punt on el testimoni va perdre el contacte amb la seva mà, abans de continuar la seva cursa. Sempre que s'adoptin aquests procediments i que no s'obstaculitzi a cap altre atleta, la caiguda del testimoni no comportarà la desqualificació.

Si un atleta no compleix alguna de les directrius d'interacció anteriors, el seu equip serà desqualificat.

El testimoni ha de passar-se dins de la zona de transferència. El lliurament del testimoni comença quan el toca per primera vegada l'atleta receptor i es considera acabada en el moment en què el testimoni es trobi únicament a la mà de l'atleta receptor. En relació a la zona de transferència del testimoni, és només la posició d'aquest la decisiva. El lliurament del testimoni fora de la zona de transferència ocasionarà la desqualificació.



Els atletes, abans de rebre i/o després que hagin transferit el testimoni, hauran de romandre en els seus carrers respectius o mantenir la seva posició fins que la pista quedi aclarida, per evitar l'obstrucció a altres atletes.

Si durant la cursa un atleta pren o recull el testimoni d'un altre equip, el seu equip serà desqualificat. L'altre equip no hauria de ser penalitzat, llevat que hagi obtingut avantatge.

Cada membre d'un equip de relleus podrà córrer únicament una posta.

La cursa de 4x100m es correrà totalment per carrers.

La cursa de 4 x 400 m es pot córrer de les següents formes:

- per carrers la primera posta, així com la part corresponent de la segona posta fins a la vora més propera de la línia de carrer lliure descrita per a les curses de 800m, on els atletes poden deixar els seus respectius carrers (tres corbes per carrers);

- per carrers per a la primera posta fins a la vora més propera de la línia de carrer lliure descrita per a les curses de 800m, on els atletes poden deixar els seus respectius carrers (una corba per carrers). Aquesta opció és la recomanable quan competeixen 4 o menys equips.

Per a totes les postes als atletes no els està permès començar a córrer fora de la zona de transferència, i hauran de començar dins de la zona. Si un atleta no compleix amb el que indica aquesta Regla, el seu equip serà desqualificat.



En la cursa de 4x400 m, els atletes que corrin la tercera i quarta postes (o si es corre una sola corba per carrers, també la segona posta), es col·locaran, sota la direcció d'un oficial designat, en les seves posicions d'espera pel mateix ordre (des de dins cap a fora) pel qual els membres dels seus respectius equips entrin en l'última corba. Una vegada que els atletes que arriben hagin passat aquest punt, els atletes que esperen mantindran el mateix ordre, i no intercanviaran les seves posicions a l'inici de la zona de transferència. Si un atleta no compleix amb el que indica aquesta Regla, el seu equip serà desqualificat.

En qualsevol cursa, on no es corri per carrers, els atletes que esperen poden prendre una posició més interna a la pista conforme s'aproximen els atletes de seus respectius equips, sempre que no empenyin o obstrueixin a un altre atleta de tal manera que impedeixin la seva progressió. Els atletes que esperen mantindran el seu ordre d'acord amb la Regla del paràgraf anterior. Si algun atleta no compleix amb aquesta Regla, el seu equip serà desqualificat.

Cursa	Formes de Córrer	1r relleu	2n relleu	3r relleu	4rt relleu	Ordre col·locació
4x100	Per carrers	Carrer	Carrer	Carrer	Carrer	
4x200	Per carrers	Carrer	Carrer	Carrer	Carrer	
	3 corbes per carrers	Carrer	Carrer	Carrer i Lliure	Lliure	Segons ordre llista sortida
	1 corba per carrers	Carrer i Lliure	Lliure	Lliure	Lliure	
4x400	3 corbes per carrers	Carrer	Carrer i Lliure	Lliure	Lliure	Ordre entrada última corba
	1 corba per carrers	Carrer i Lliure	Lliure	Lliure	Lliure	

III. CONCURSOS

RT 25. CONDICIONS GENERALS - CONCURSOS.

Intents de prova a l'àrea de competició.

A l'Àrea de Competició, i abans de l'inici de la prova, cada atleta pot tenir intents de prova.

Una vegada que ha començat una competició no es permet als atletes que utilitzin per a entrenament, segons el cas:

- passadís o zona de batuda;
- les perxes;
- els artefactes;
- els cercles o el terreny dins el sector, amb o sense artefactes.

Marques de talonament (senyalitzadors).

En tots els Concursos on s'utilitzi un passadís els senyalitzadors es col·locaran als costats de passadís de presa d'impuls, excepte en el Salt d'Alçada, on els senyalitzadors poden ser col·locats en la zona de cursa. Un atleta pot utilitzar un o dos senyalitzadors (proporcionats o aprovats pels Organitzadors) per auxiliar-lo en la cursa d'impuls i en la batuda. Si no se li faciliten aquests senyalitzadors, l'atleta pot fer servir cinta adhesiva, però no guix o substància similar, ni res que deixi marques permanents.

En el Salt d'Alçada, els senyalitzadors no poden sobresortir del terra. L'objectiu és que els atletes no ensopeguin durant la seva cursa amb els senyalitzadors.

Per als llançaments realitzats des d'un cercle un atleta pot fer servir només un senyalitzador. Aquest senyalitzador es pot col·locar únicament al terra, a l'àrea immediatament darrere o adjacent al cercle però no sobre cap línia o a la zona de caiguda.

Els jutges indicaran a l'atleta pertinent que modifiqui o retiri qualssevol marques que no compleixin amb aquestes regles. Si no ho fa, els jutges les retiraran.

Ordre de Competició i Intents.

Si un atleta per decisió pròpia realitza un intent en un ordre diferent al determinat prèviament, en el cas de rebre una advertència i no ser desqualificat, el resultat de l'intent (vàlid o nul) es mantindrà.

Excepte en Salt d'Alçada i Salt amb Perxa, cap atleta tindrà més d'un intent registrat en qualsevol de les rondes d'intents de la competició.

En tots els Concursos, excepte en Salt d'Alçada i Salt amb Perxa, on hi hagi més de vuit atletes, se'ls permetran tres intents a cada un, i als vuit atletes amb la millor marca vàlida se'ls permetran tres intents addicionals, llevat que les normes aplicables ho estipulin d'una altra manera.

En el cas de l'últim lloc de classificació, si dos o més atletes tenen la mateixa millor marca, es mirarà la segona millor marca i, si persisteix la igualtat, es mirarà la tercera millor marca, per tal de decidir qui ocupa l'últim lloc de classificació. Si es determina que hi ha un empat, als atletes empatats se'ls permetrà qualsevol intent addicional, permès per les normes aplicables.

Quan hi hagi vuit atletes o menys es permetran sis intents a cada un a menys que les normes aplicables ho estipulin d'una altra manera. Si més d'un atleta no ha aconseguit un intent vàlid durant les tres

primeres rondes d'intents, a les rondes següents aquests atletes participaran abans dels que han realitzat intents vàlids, en el mateix ordre relatiu que el del sorteig inicial.

En els dos casos:

- l'ordre de competició per a qualsevol ronda d'intents següent serà en ordre invers al de la classificació aconseguida després de les tres primeres rondes d'intents llevat que les normes aplicables ho estipulin d'una altra manera;
- quan s'hagi de canviar l'ordre de competició i hi hagi un empat per a qualsevol posició, els empatats competiran en el mateix ordre relatiu que el del sorteig inicial.

La normativa de l'organisme competent corresponent pot especificar el nombre d'intents (sempre que no siguin més de sis) i el nombre d'atletes que poden progressar a cada ronda addicional d'intents després de la tercera.

La normativa de l'organisme competent corresponent pot especificar que es canviï de nou l'ordre de competició després de qualsevol ronda addicional després de la tercera.

Quan un atleta s'ha retirat d'una prova no pot participar més en aquesta prova, inclòs en el cas de Salts Verticals, en un salt de desempat per al primer lloc o, en el cas de Proves Combinades, en qualsevol altra prova posterior dins d'aquesta prova Combinada.

Registre dels Intents.

Excepte en Salt d'Alçada i en Salt amb Perxa, un intent vàlid es registrarà amb el resultat del mesurament d'aquest intent. Si l'intent és nul es registrarà amb el signe "X". Si l'atleta passa de l'intent es registrarà amb el signe "-".

Finalització dels Intents.

El jutge no aixecarà la bandera blanca per indicar un intent vàlid fins que l'intent hagi finalitzat. El jutge pot reconsiderar una decisió si creu que ha aixecat la bandera incorrecta.

La finalització d'un intent vàlid es determinarà com segueix:

- per als Salts Verticals, una vegada que el jutge determini que no ha existit un salt nul;
- per als Salts Horitzontals, una vegada que l'atleta abandona la zona de caiguda de forma correcta, més enllà de l'última marca deixada a l'arena;
- per als Llançaments, una vegada que l'atleta abandona el cercle o passadís de forma correcta.

Temps permès per als intents.

L'oficial responsable indicarà a l'atleta que tot està disposat per iniciar el seu intent, i el període permès per efectuar-haurà de començar des d'aquest moment.

En Salt amb Perxa el temps començarà quan el llistó hagi estat ajustat d'acord amb els desitjos previs de l'atleta. No es concedirà cap temps addicional per a qualsevol ajust posterior.

Si el temps permès finalitza després que l'atleta hagi iniciat el seu intent, no se li impedirà efectuar-lo.

Si després que el temps per a un intent ha començat un atleta decideix no realitzar aquest intent, aquest serà considerat com a nul un cop que el període de temps permès per l'intent hagi transcorregut.

No es sobrepassaran els temps, en minuts, de les taules següents. Si se sobrepassa el temps, llevat que es prengui una decisió amb un intent de substitució, l'intent serà registrat com nul:

Proves Individuals	Salt d'Alçada	Salt amb Perxa	Altres
Més de 3 atletes (o primer intent en la competició de cada atleta)	1	1	1
2 o 3 atletes	1,5	2	1
1 atleta	3	5	-
Intents consecutius	2	3	2

Proves Combinades	Salt d'Alçada	Salt amb Perxa	Altres
Més de 3 atletes (o primer intent en la competició de cada atleta)	1	1	1
2 o 3 atletes	1,5	2	1
1 atleta	2	3	-
Intents consecutius	2	3	2

Un rellotge que mostri el temps permès que falta per a un intent hauria d'estar visible per a l'atleta. A més, un oficial aixecarà i mantindrà aixecada una bandera groga, o ho indicarà d'alguna altra manera, durant els 15 últims segons del temps permès.



En les proves de Salt d'Alçada i Salt amb Perxa, qualsevol canvi en el període de temps permès per a un intent no serà aplicat fins que el llistó sigui elevat a una nova altura, excepte el temps especificat per intents consecutius. En els altres Concursos, excepte per al temps especificat per intents consecutius, el límit de temps permès no canviarà.

El càlcul del nombre d'atletes que queden a la competició tindrà en compte als atletes que podrien estar involucrats en un desempat per al primer lloc.

Intents de substitució.

Si, per qualsevol raó fora del seu control, un atleta es veu obstaculitzat en un intent i no pot realitzar-lo, o l'intent no pot ser registrat correctament, el jutge àrbitre tindrà l'autoritat per concedir-li un intent de substitució o reiniciar el temps parcialment o a el complet.

No es permetrà cap canvi d'ordre. Es concedirà un temps raonable per realitzar qualsevol intent de substitució segons les circumstàncies particulars del cas. En aquells casos en què la competició hagi continuat abans que s'hagi concedit l'intent de substitució, aquest s'hauria de fer abans que es realitzin altres intents posteriors.

Absència durant la Competició.

Un atleta no pot abandonar la zona immediata de la prova durant el desenvolupament de la competició, llevat que tingui el permís de i sigui acompanyat per un oficial. Si és possible, s'hauria de donar primer un advertiment, però per següents ocasions o en casos seriosos l'atleta serà desqualificat.

Resultat.

A cada atleta se li acreditarà amb el millor de tots els seus intents, inclosos, en el cas de Salt d'Alçada i Salt amb Perxa, aquells assolits en resoldre un empat per al primer lloc.

Empats.

Excepte en Salt d'Alçada i Salt amb Perxa, per als atletes que tinguin la mateixa millor marca, la segona millor marca determinarà el desempat. Després, si cal, la tercera millor marca i així successivament. Si els atletes segueixen igualats es decidirà que és un empat.

A. SALTS VERTICALS

RT 26. CONDICIONS GENERALS – SALTS VERTICALS.

Abans de començar la competició el jutge àrbitre o el jutge Cap comunicaran als atletes l'altura inicial i les posteriors altures a les que serà elevat el llistó a la fi de cada ronda d'intents fins que només quedi un atleta guanyador de la competició o hi hagi un empat per al primer lloc.

Intents.

Un atleta pot començar a saltar en qualsevol altura de les prèviament anunciades pel jutge àrbitre o el jutge cap de la prova i pot continuar saltant a la seva discreció a qualsevol altura posterior. Després de tres nuls consecutius, qualsevol que fos l'altura en que qualsevol d'ells s'hagués produït, l'atleta no pot seguir efectuant més salts, excepte en el cas d'un empat per al primer lloc.

Un atleta pot passar del seu segon o tercer intent a una altura determinada (després d'haver fallat la primera o segona vegada) i, no obstant això, continuar saltant a una altura superior.

Si un atleta passa d'un intent a certa altura, no pot efectuar cap intent posterior a aquesta altura, excepte en el cas d'un desempat per al primer lloc.

Si un atleta no està present quan tots els altres que estan presents han acabat la competició, el jutge àrbitre considerarà que tal (és) atleta (s) ha (n) abandonat la competició una vegada que el temps per a un intent més hagi transcorregut.

A no ser que quedi un sol atleta i hagi guanyat la competició:

- el llistó mai serà elevat a menys de 2 cm en el Salt d'Alçada i 5 cm en el Salt amb Perxa després de cada ronda d'intents; i
- mai s'incrementarà la cadència amb la qual s'eleva el llistó.

Després que l'atleta hagi guanyat la competició, l'altura o altures a les quals s'elevà el llistó les decidirà l'atleta, després de la consulta amb el jutge o jutge àrbitre respectiu.

Nota: Aquesta regla no s'aplicarà en una competició de Proves Combinades.

Mesura d'altures.

En totes les proves de salts verticals, els mesuraments es faran en centímetres enters, perpendicularment des del terra fins a la part més baixa de la part superior del llistó.

Qualsevol mesurament d'una nova altura es farà abans que els atletes intentin aquesta altura. S'hauria de tornar a mesurar en qualsevol moment si s'ha substituït el llistó.

Classificació.

Si dos o més atletes franquegen la mateixa altura final, el procediment per decidir els llocs serà el següent:

- L'atleta amb menor nombre de salts a l'última altura franquejada serà classificat en el lloc més alt.
- Si els atletes segueixen igualats després de l'aplicació de la regla anterior, l'atleta amb menor nombre total d'intents nuls al conjunt de la competició fins, i inclosa, l'última altura franquejada, serà classificat en el lloc més alt.
- Si els atletes segueixen igualats després de l'aplicació de la Regla 26.8.2 del Reglament Tècnic, als atletes en qüestió se'ls assignarà el mateix lloc llevat que es tracti del primer lloc.

- Si es tracta del primer lloc, es durà a terme un salt de desempat entre aquests atletes de conformitat amb la Regla 26.9 del Reglament Tècnic, llevat que es decideixi d'una altra manera. Si no es porta a terme un salt de desempat, fins i tot quan en qualsevol punt els atletes implicats decideixen no continuar saltant, l'empat per al primer lloc es mantindrà.

Nota: Aquesta regla del desempat en el primer lloc no s'aplica a una Competició de Proves Combinades.

Hi ha diverses maneres en què es pot acabar un salt de desempat:

- per disposició prèvia a la competició establerta en les normes;
- per decisió durant la competició per part del JA;
- per decisió dels atletes de no saltar més abans de començar el desempat o en qualsevol etapa del desempat.

Salt de desempat.

El procediment per al Salt de desempat és el següent:

- Els atletes implicats han de saltar en cada altura fins que s'aconsegueixi una decisió o fins que tots els atletes implicats decideixin no saltar més.
- Cada atleta tindrà un intent en cada altura. El salt de desempat començarà a la següent altura determinada per la cadència inicial de la prova després de l'última altura franquejada pels atletes implicats.
- Si no s'aconsegueix una resolució el llistó serà elevat, si més d'un atleta ho franqueja, o baixat si tots fallen, 2 cm per Salt d'Alçada i 5 cm per Salt amb Perxa.
- Si un atleta no salta a una altura, perd automàticament tot dret a un lloc més alt. Si llavors quedés només un atleta, serà declarat vencedor, intenti saltar o no aquesta altura.

Factors externs.

Quan està clar que el llistó ha estat desplaçat per una força no relacionada amb l'atleta (per exemple, una ràfega de vent):

- si aquest desplaçament es produeix després que l'atleta ha franquejat el llistó sense tocar-lo, llavors l'intent serà considerat vàlid, o
- si aquest desplaçament es produeix sota qualsevol altra circumstància, es concedirà un nou intent.

Exemple de classificació de salt d'alçada amb desempat en el primer lloc:

Nom	2.00	2.05	2.09	2.12	2.15	2.18	Resultat	Nuls		Lloc	Desempat				Lloc Final
								(1)	(2)		2.18	2.16	2.18	2.20	
A	O	XO	O	XO	XXX		2.12	1	2	7					
B	XO	-	O	-	XO	XXX	2.15	1	2	1	X	O	O	O	1
C	XO	O	XO	O	XO	XXX	2.15	1	3	3					
D	O	O	O	XO	XXO	XXX	2.15	2	3	5					
E	O	O	XO	XO	XXX		2.12	1	2	7					
F	O	XO	XO	XXX			2.09	1	2	11					
G	XXO	XO	O	XO	XO	XXX	2.15	1	5	4					
H	O	O	O	XO	XXX		2.12	1	1	6					
I	-	O	O	XXO	XXX		2.12	2	2	9					
J	O	XO	-	-	XO	XXX	2.15	1	2	1	X	O	O	X	2
K	-	X-	O	XXO	XXX		2.12	2	3	10					

(1) Nuls a l'última altura franquejada.

(2) Nuls totals fins, i inclosa, l'última altura franquejada.

Exemple amb empat en el segon lloc:

Nom	1.78	1.82	1.85	1.88	1.90	1.92	1.94	Resultat	Nuls		Lloc Final
									(1)	(2)	
A	-	XO	O	XO	-	XXO	XXX	1.92	2	4	2
B	O	O	O	X-	XO	XXO	XXX	1.92	2	4	2
C	O	-	X-	O	XXO	XXO	XXX	1.92	2	5	4
D	O	-	-	XXO	XO	XO	XXX	1.92	1	4	1

(1) Nuls a l'última altura franquejada.

(2) Nuls totals fins, i inclosa, l'última altura franquejada.

Exemple de desempat en el primer lloc amb 2 atletes (la cadència anunciada a l'inici de la competició és 1.75m – 1.80m – 1.84m – 1.88m – 1.91m – 1.94m – 1.97m – 1.99m + 2cm):

Nom	1.75	1.80	1.84	1.88	1.91	1.94	Resultat	Nuls		Lloc	Desempat			Lloc Final
								(1)	(2)		1.91	1.89	1.91	
A	O	XO	O	XO	XXX		1.88	1	2	1	X	O	X	2
B	-	XO	-	XO	-	XXX	1.88	1	2	1	X	O	O	1
C	-	XO	XO	XO	XXX		1.88	1	3	3				3

(1) Nuls a l'última altura franquejada.

(2) Nuls totals fins, i inclosa, l'última altura franquejada.

Exemple de desempat en el primer lloc amb 3 atletes (la cadència anunciada a l'inici de la competició és 2.10m – 2.15m – 2.18m – 2.21m – 2.24 – 2.26 + 2cm):

Cas 1

Nom	2.10	2.15	2.18	2.21	Resultat	Nuls		Lloc	Desempat		Lloc Final
						(1)	(2)		2.21	2.23	
A	O	-	O	XXX	2.18	0	0	1	X		3
B	-	O	O	XXX	2.18	0	0	1	O	X	2
C	-	O	O	XXX	2.18	0	0	1	O	O	1

(1) Nuls a l'última altura franquejada.

(2) Nuls totals fins, i inclosa, l'última altura franquejada.

Cas 2

Nom	2.10	2.15	2.18	2.21	Resultat	Nuls		Lloc	Desempat		Lloc Final
						(1)	(2)		2.21	2.23	
A	O	-	O	XXX	2.18	0	0	1	X		2
B	-	O	O	XXX	2.18	0	0	1	X		2
C	-	O	O	XXX	2.18	0	0	1	O		1

(1) Nuls a l'última altura franquejada.

(2) Nuls totals fins, i inclosa, l'última altura franquejada.

RT 27. SALT D'ALÇADA.

L'atleta farà la batuda amb un sol peu.

Intents.

Un atleta realitza un intent nul si:

- Després del salt, el llistó no es queda sobre els suports per causa de l'acció de l'atleta durant el salt; o
- Ell toca el terra, incloent la zona de caiguda, amb qualsevol part del cos, més enllà del pla vertical de la vora més proper del llistó, tant entre els saltòmetres com a l'exterior, sense franquejar

primer el llistó. No obstant això, si un atleta quan salta, toca la zona de caiguda amb el peu i, segons el parer del jutge, no va obtenir cap avantatge, el salt no serà, per aquest motiu, considerat nul.

- Ell toca el llistó o la secció vertical dels saltòmetres quan s'està aproximant durant la cursa sense saltar.

Aparells.

Els saltòmetres no seran desplaçats durant la competició, llevat que el jutge àrbitre consideri que la zona de batuda o zona de caiguda s'hagin tornat inadequades. En aquest cas, el canvi s'efectuarà només després de completada una ronda d'intents.

Els extrems del llistó descansaran sobre els suports de tal manera que, si un atleta toca el llistó, aquest caurà fàcilment a terra cap endavant o cap enrere.

Hi haurà una separació de al menys 10 mm entre els extrems del llistó i els saltòmetres.

Entre els saltòmetres i la zona de caiguda hi hauria d'haver un espai lliure d'almenys 0,1m per evitar el desplaçament del llistó per un moviment de la zona de caiguda que produeixi un contacte amb els saltòmetres.

RT 28. SALT AMB PERXA.

Competició.

Els atletes poden fer desplaçar el llistó només en el sentit de la zona de caiguda de manera que la vora del llistó més pròxim a l'atleta pugui estar situat en qualsevol punt des d'aquest que està situat justament sobre la part posterior del caixetí, línia zero, fins a un punt a 80 cm en el sentit de la zona de caiguda. Aquest desplaçament del llistó s'anomena profunditat.

Abans que comenci la competició, l'atleta informará l'oficial pertinent de la profunditat que sol·licita per al seu primer intent, i aquesta profunditat s'ha de registrar.

Si posteriorment l'atleta desitja fer algun canvi, hauria d'informar immediatament a l'oficial pertinent abans que el llistó hagi estat col·locat d'acord amb els seus desitjos inicials. El no fer-ho així portarà a què el temps que calgui per modificar la profunditat formarà part del temps de què disposa l'atleta per fer el seu intent.

Intents.

Un atleta realitza un intent nul si:

- després del salt, el llistó no es queda sobre els dos tacs de suport per causa de l'acció de l'atleta durant el salt; o
- toca el terra, inclosa la zona de caiguda, amb qualsevol part del seu cos o amb la perxa, més enllà del pla vertical de la part posterior de la caixa, sense franquejar primer el llistó; o
- després d'haver-se enlairat de terra, col·loca la mà inferior per sobre de la superior o desplaça la mà superior cap la part alta de la perxa; o
- durant el salt l'atleta subjecta (estabilitza) o recol·loca el llistó amb la(s) seva(s) mà(ns).

No és nul si un atleta corre a l'exterior de les línies blanques que delimiten el passadís de salts, no importa en quin punt.

No és nul si durant l'intent, la perxa toca el matalàs després d'haver estat introduïda correctament al caixetí.

Durant la competició es permet als atletes que impregnin les seves mans o la perxa amb una substància, per tal d'obtenir millor subjecció. L'ús de guants està permès.

Després de deixar anar la perxa, a ningú, inclosos l'atleta o qualsevol jutge o qualsevol voluntari, se li permetrà tocar-la, llevat que estigui caient apartant-se del llistó o dels saltòmetres. No obstant això, si algú la toqués i el jutge àrbitre considerés que, si no fos per aquesta intervenció, s'hagués produït la caiguda del llistó, el salt serà registrat com a nul.

Si a un atleta se li trenca la perxa a el fer un intent no li comptarà com a nul i se li concedirà un intent de substitució.

Aparells.

La batuda en el Salt amb Perxa s'efectuarà des d'un caixetí.

El llistó descansarà sobre suports horitzontals de manera que, si és tocat per un atleta o per la seva perxa, caigui fàcilment a terra en el sentit de la zona de caiguda.



Perxes.

Els atletes poden utilitzar les seves pròpies perxes. Cap atleta podrà fer servir la perxa d'un altre atleta, si no és amb el consentiment del seu propietari.

La perxa pot tenir capes de cinta adhesiva a l'extrem on s'agafa amb les mans (per protegir la mà) i de cinta adhesiva i/o un altre material apropiat a l'extrem inferior (per protegir la perxa).

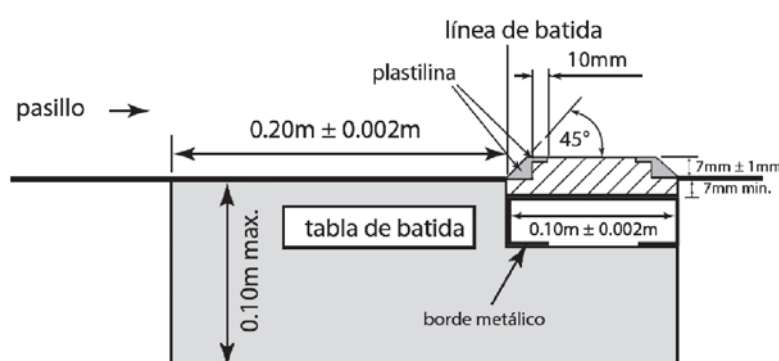
B. SALTS HORIZONTALS

RT 29. CONDICIONS GENERALS – SALTS HORIZONTALS.

Taula o fusta de batuda.

La zona de batuda estarà assenyalada per una taula enterrada a el mateix nivell que el passadís i que la superfície de la fossa de caiguda. La vora de la taula més pròxima a la zona de caiguda serà la línia de batuda. Immediatament després de la línia de batuda pot estar col·locada una taula indicadora de plastilina com a ajuda per als jutges.

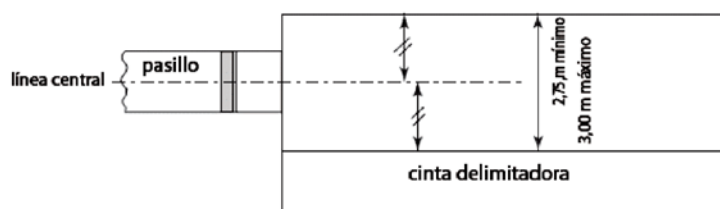
La taula de batuda serà blanca i farà 20 cm d'amplada. La taula indicadora de plastilina farà 10 cm d'amplada. Per assegurar que la línia de batuda és clarament distingible i contrasta amb la taula de batuda, la taula indicadora de plastilina ha de ser d'un color diferent de blanc. On fos possible la plastilina hauria de ser d'un tercer color que contrastés.



Zona de caiguda.

La zona de caiguda tindrà un mínim de 2,75 m i un màxim de 3 m d'amplada, delimitada, en cas necessari, per una o dues cintes al llarg de la zona de caiguda. Estarà, si és possible, situada de tal manera que el centre de passadís de presa d'impuls, si es prolongués, coincidiria amb el centre de la zona de caiguda.

La zona de caiguda hauria de ser emplenada amb sorra fina humitejada i la superfície d'aquesta sorra estarà a el mateix nivell que la taula de batuda.



Mesura de distàncies.

En totes les proves de salts horitzontals les distàncies es registraran al centímetre immediatament inferior a la distància mesurada, si la distància mesurada no és un centímetre enter.

El mesurament de cada salt es farà immediatament després de cada intent vàlid des de l'empremta més pròxima feta a la zona de caiguda per qualsevol part del cos, o qualsevol element que estigui unit al cos en el moment en què es fa la marca, fins a la línia de batuda o prolongació de la mateixa.

El mesurament s'efectuarà perpendicularment fins a la línia de batuda o la seva prolongació.

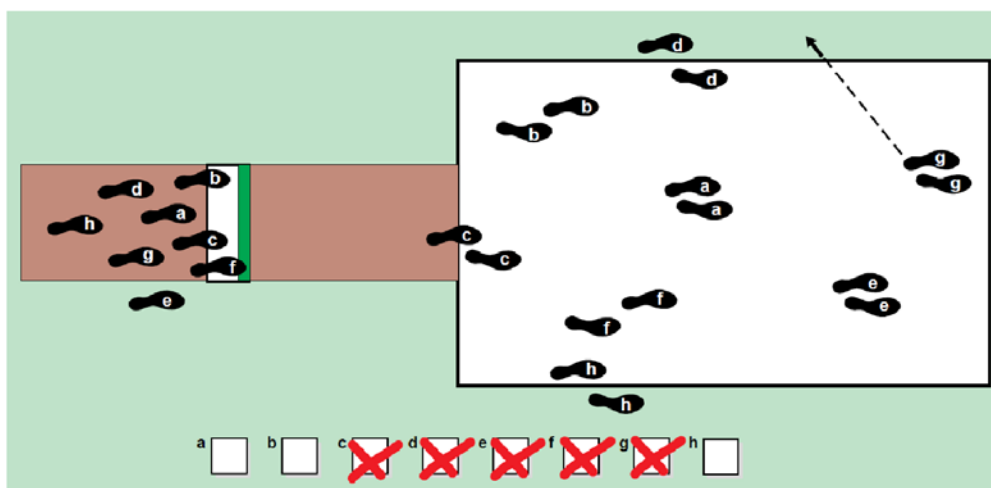
- bat des de l'exterior de qualsevol dels extrems de la taula, tant si és davant com si és darrere de la prolongació de la línia de batuda; o
- realitza qualsevol tipus de salt amb tombarella (salt mortal) durant la cursa de presa d'impuls o en l'acte del salt; o
- després de la batuda, però abans del seu primer contacte amb la zona de caiguda, toca el passadís o el terra a l'exterior de passadís o el terra a l'exterior de la zona de caiguda; o
- en el transcurs de la caiguda (incloent qualsevol desequilibri), toca la vora de, o el terra fora de, la zona de caiguda més a prop de la línia de batuda que la marca més propera feta a la sorra; o
- abandona la zona de caiguda d'una forma diferent a la descrita en el paràgraf següent.

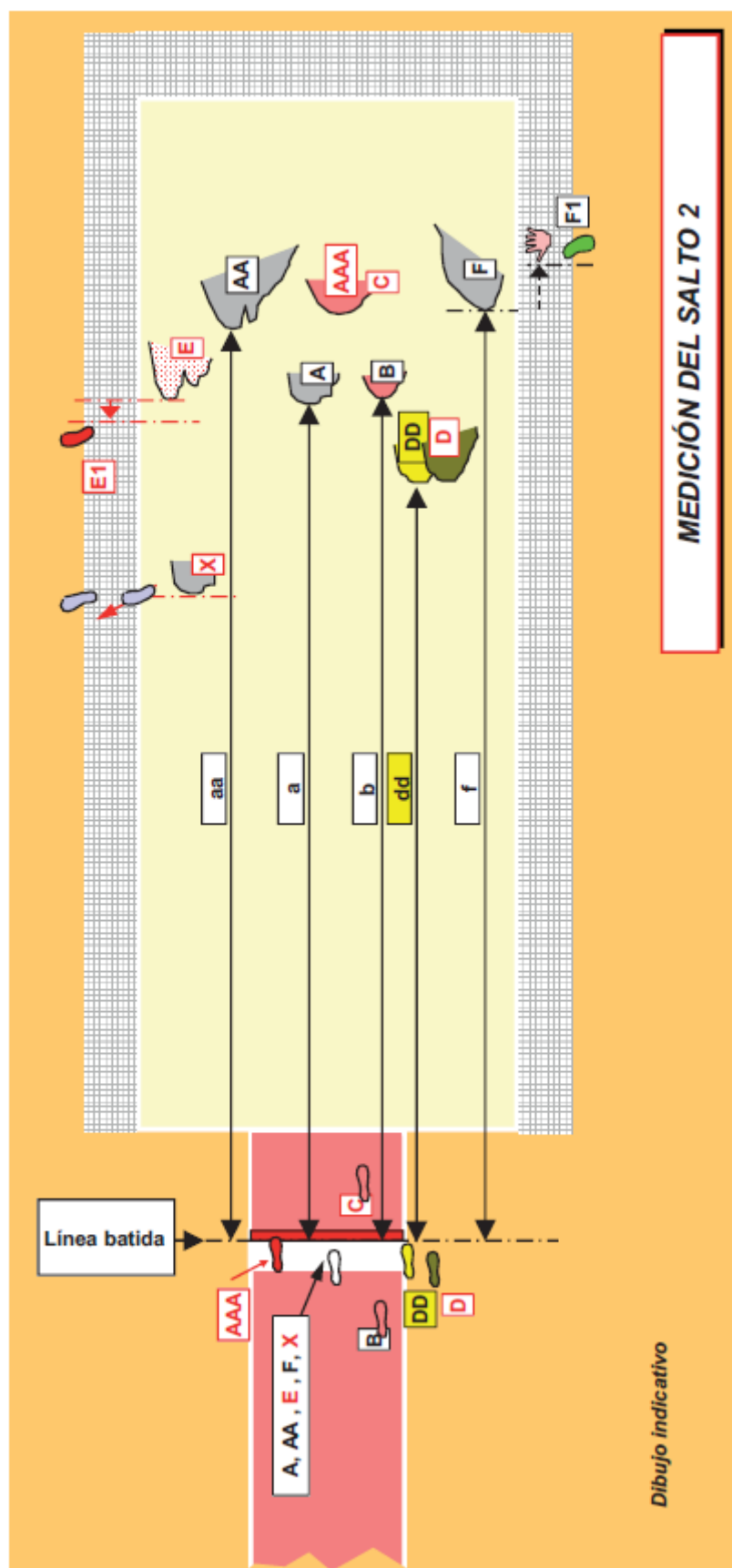
Quan abandona la zona de caiguda el primer contacte del peu d'un atleta amb la vora o el terra a l'exterior s'haurà de produir més lluny de la línia de batuda que la marca més propera feta a la sorra (que podrà ser qualsevol marca feta al perdre l'equilibri completament dins de la zona de caiguda, o al caminar cap enrere, més propera a la línia de batuda que la marca inicial feta a la caiguda).

Nota: Aquest primer contacte es considera abandonar la zona de caiguda.

No es considera que un atleta ha realitzat un intent nul si:

- corre a l'exterior de les línies blanques que delimiten el passadís de salt no importa en quin punt; o
- bat abans d'arribar a la taula de batuda des de l'interior del passadís; o
- quan bat, només una part del seu peu/sabatilla està tocant a terra fora de qualsevol extrem de la taula de batuda, abans de la línia de batuda; o
- durant la caiguda, toca, amb qualsevol part del seu cos, o qualsevol element unit al seu cos en aquest moment, la vora de, o el terra fora de, la zona de caiguda, llevat que aquest contacte infringeixi algun dels punts 4 o 5 dels intents considerats com a nuls; o
- torna caminant per la zona de caiguda després d'haver sortit d'aquesta de forma correcta.





Línea de batuda.

La línia de batuda estarà situada entre 1 m i 3 m de la vora més proper de la zona de caiguda.

RT 31. TRIPLE SALT.

Competició.

Les regles que s'apliquen al Salt de Llargada també s'apliquen al Triple Salt, amb les variacions següents.

El Triple Salt consistirà en un salt a peu coix, un pas i un salt en aquest ordre.

El salt a peu coix s'ha d'efectuar de manera que un atleta caigui primerament amb el mateix peu amb el qual ha efectuat la seva batuda; en el pas, caurà sobre l'altre peu, amb el qual, posteriorment, efectuarà el salt final.

No es considerarà nul si un atleta, al saltar, toca el terra amb la seva cama "passiva".

Nota: El punt 4 dels intents considerats com a nuls en el salt de llargada no s'aplica en els suports normals de les fases de salt a peu coix i pas.

Línia de batuda.

En competicions internacionals, hauria d'haver una taula de batuda diferent per a homes i per a dones. La línia de batuda no estarà a menys de 13 m per a homes i 11 m per a dones de l'extrem més proper de la zona de caiguda.

En les altres competicions, aquesta distància serà l'adequada per al nivell de la competició.

Com a màxim hi haurà dues taules de batuda; en algunes competicions especials n'hi pot haver 3.

A la categoria S14, la cursa d'embranchida serà d'un màxim de 15 metres.

C. LLANÇAMENTS

RT 32. CONDICIONS GENERALS – LLANÇAMENTS.

La següent taula mostra els artefactes que han de ser usats en cada grup d'edat:

Artefacte	S18 F	S20 F – Abs F	S18 M	S20 M	Abs M
Pes	3 kg	4 kg	5 kg	6 kg	7,260 kg
Disc	1 kg	1 kg	1,5 kg	1,750 kg	2 kg
Martell	3 kg	4 kg	5 kg	6 kg	7,260 kg
Javelina	500 g	600 g	700 g	800 g	800 g

No es podrà fer cap modificació als artefactes durant la competició.

Assistència (no està permès).

El següent s'ha de considerar com assistència i, per tant, no estarà permès:

- L'embenat de dos o més dits junts.
- La utilització de dispositius de qualsevol tipus, incloent pesos adherits a el cos que, d'alguna manera, li proporcionin assistència durant l'execució d'un llançament.
- L'ús de guants, excepte per al Llançament de Martell. En aquest cas els guants han de ser llisos per les dues cares i les puntes dels dits dels guants, excepte el polze, han d'estar obertes.
- La polvorització o la difusió per part d'un atleta de qualsevol substància en el cercle o en les seves sabatilles, ni posar rugosa la superfície del cercle.



No Assistència (està permès).

El següent no ha de ser considerat assistència i, per tant, estarà permès:

- L'ús per part d'un atleta, per obtenir un millor adherència, d'una substància apropiada solament a les seves mans o en el cas d'un llançador de martell en els seus guants. Un llançador de pes pot usar aquestes substàncies en el seu coll.
- La col·locació per un atleta de guix o substància similar sobre l'artefacte en els Llançaments de Pes i Disc. Totes les substàncies utilitzades en les mans, guants i en els artefactes es podran eliminar fàcilment de l'artefacte amb l'ajuda d'una baieta humida i no deixaran cap mena de residu.
- L'ús d'espardenya sobre les mans i els dits que no contravingui el primer punt de l'apartat d'Assistència no permesa.

Sector de caiguda.

El sector de caiguda serà de cendra o d'herba o d'un altre material adequat en el qual l'artefacte deixi empremta.

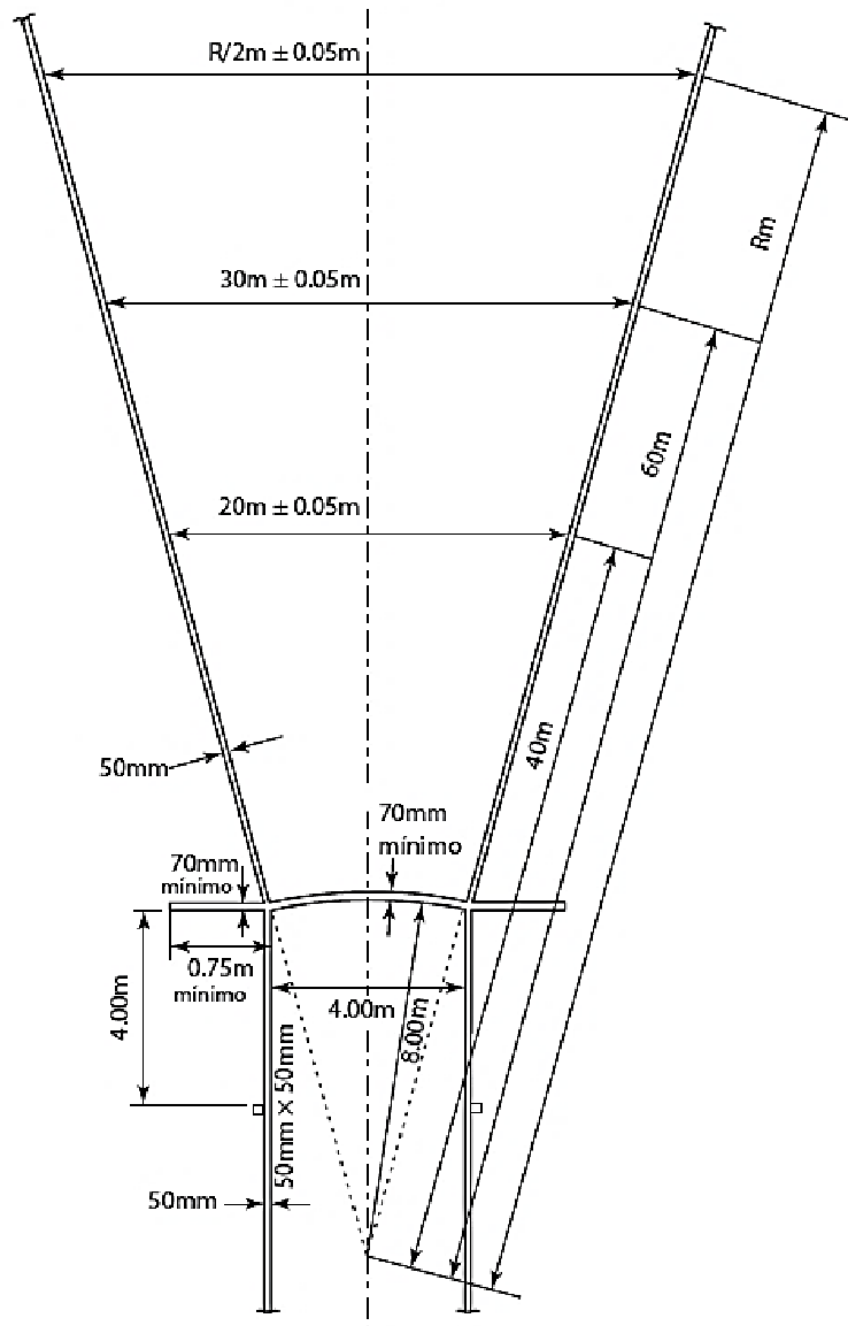
Marcatge del sector de caiguda.

Excepte per al Llançament de Javelina, el sector de caiguda estarà delimitat per línies blanques de 50 mm d'ample de tal manera que, si es perllonguen, les vores internes de les línies passarien a través del centre del cercle.

Aquest sector es pot traçar amb exactitud establint una distància de 12m (20m x 0,60m) entre dos punts situats sobre cada línia del sector a 20m de la centre del cercle. Així, per cada metre que s'avanci des del centre del cercle la distància entre línies del sector s'incrementa en 0,60m. Per tant, altres distàncies que es poden usar per marcar el sector de caiguda serien, per exemple: separació de 6m entre dos punts situats sobre cada línia del sector a 10m de la centre del cercle o separació de 30m entre dos punts situats sobre cada línia del sector a 50m de la centre del cercle.

que, si es perllonguen, les vores internes de les línies passarien a través del centre del cercle del qual l'arc de llançament forma part.

Aquest sector es pot traçar amb exactitud establint una distància de 10m (20m x 1m) entre dos punts situats sobre cada línia del sector a 20m de la centre del cercle de l'arc. Així, per cada metre que s'avanci des del centre del cercle la distància entre línies del sector s'incrementa en 0,50m. Per tant, altres distàncies que es poden usar per marcar el sector de caiguda serien, per exemple: separació de 20m entre dos punts situats sobre cada línia del sector a 40m de la centre del cercle o separació de 30m entre dos punts situats sobre cada línia del sector a 60m de la centre del cercle.



Intents.

En els Llançaments de Pes, Disc i Martell, els artefactes han de ser llançats des d'un cercle i en el Llançament de Javelina des d'un passadís. En el cas dels intents fets des d'un cercle, l'atleta ha de començar des d'una posició estacionària dins el cercle. Es permet a l'atleta tocar l'interior de l'anella que delimita el cercle. Al Llançament de Pes també podrà tocar l'interior del contenidor.

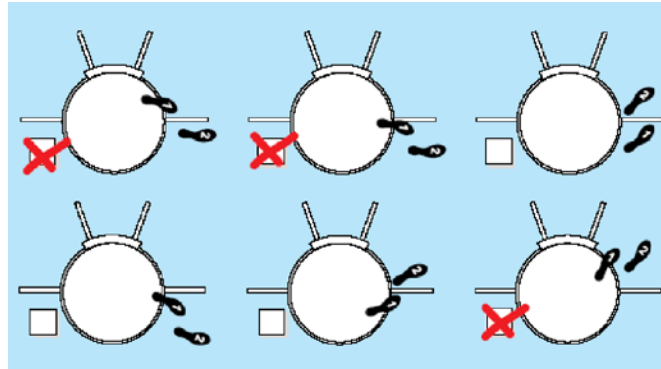
Intents nuls.

Serà un intent nul si, en el curs d'un intent:

- l'atleta deixa anar el pes o la javelina de manera diferent a la permesa;
- l'atleta, després d'haver penetrat a l'interior del cercle i iniciat un llançament, toca amb qualsevol part del seu cos la part superior (o la part superior de la vora interior) de l'anella o el terra de l'exterior del cercle;
- l'atleta, al Llançament de Pes, toca amb qualsevol part del seu cos en qualsevol lloc del contenidor que no sigui la seva cara interior (excloent la seva vora superior que es considera part de la superfície superior);
- l'atleta, al Llançament de Javelina, toca amb qualsevol part del seu cos les línies que delimiten el passadís o el terreny exterior;
- l'atleta abandona el cercle o passadís abans que l'artefacte hagi tocat el terra;
- el pes, el disc, el cap del martell o el cap de la javelina, en fer contacte per primera vegada sobre el terra, toca la línia del sector de caiguda o el terra o qualsevol objecte (excepte la gàbia) a l'exterior de la línia del sector. Hauria de tenir-se en compte que a efectes d'aquesta regla, la posició del cable o nansa del martell no és rellevant. Per exemple, el cable podria caure o estar col·locat sobre o fora de la línia de sector i no passaria res, sempre que el cap hagi caigut correctament.



- per als llançaments fets des d'un cercle, quan l'atleta abandona el cercle, el primer contacte de l'atleta amb la part superior de l'anella o amb el terra a l'exterior del cercle no es fa completament darrere de la línia blanca que està traçada fora d'ell mateix i passa teòricament pel centre del cercle. El primer contacte amb la part superior de l'anella o el terra fora del cercle es considera abandonar el cercle.



- en el cas del Llançament de Javelina, quan abandona el passadís, el primer contacte de l'atleta amb les línies paral·leles o el terra a l'exterior del passadís no es fa completament darrere de la línia blanca de l'arc o darrere de les línies blanques traçades des dels extrems de l'arc, en angle recte a les línies paral·leles de passadís. Una vegada que l'artefacte ha tocat el terra també es considerarà que l'atleta ha abandonat el passadís correctament quan s'hagi produït contacte amb o darrere d'una línia (pintada o teòrica i indicada per senyalitzadors al costat de passadís) assenyalada a través del passadís, a quatre metres per darrere dels punts extrems de l'arc de llançament. Es considera que l'atleta ha abandonat el passadís correctament si es troba darrere d'aquesta línia i a l'interior del passadís en el moment en què l'artefacte toca a terra.

Altres regles.

Sempre que en el curs d'un intent no s'hagin infringit les regles relatives a cada llançament, un atleta pot interrompre l'intent un cop començat, pot posar l'artefacte a terra dins o fora del cercle o passadís i pot sortir del cercle o passadís. Tots els moviments permesos per aquest apartat estaran inclosos en el temps màxim per a un intent.

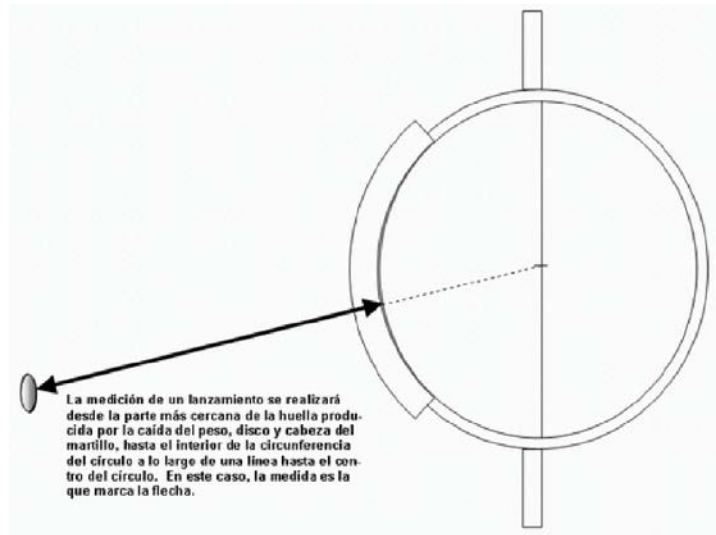
Després de cada llançament, l'artefacte s'ha de portar a la zona pròxima al cercle o passadís i mai es retornarà llançant-lo.

Mesurament.

En totes les proves de llançament les distàncies es registraran al centímetre inferior a la distància mesura, si la distància mesurada no és un centímetre enter.

El mesurament de cada llançament es farà immediatament després de cada intent vàlid des de la marca més propera produïda al tocar a terra quan cau per primera vegada per:

- el pes, disc i cap del martell, fins a l'interior de la circumferència del cercle al llarg d'una línia fins al centre del cercle; o



- el cap de la javelina fins a la vora interna de l'arc, al llarg d'una línia fins al centre del cercle del qual l'arc forma part.

Mentre no s'hagi comès cap irregularitat, cada intent ha de ser mesurat, qualsevol que sigui la distància aconseguida.

RT 33. LLANÇAMENT DE PES.

Competició.

El pes serà llançat des de l'espatlla amb una sola mà. En el moment en què un atleta se situa en el cercle per començar el llançament, el pes ha de tocar o estar molt a prop del coll o la barbeta i la mà no pot baixa d'aquesta posició durant l'acció del llançament. El pes no s'ha de dur darrere del pla format per les espatlles. Nota: Les tècniques amb tombarella no estan permeses.

Contenidor.

El contenidor serà blanc i estarà fet de fusta o qualsevol altre material apropiat, en forma d'arc, de manera que la seva vora interior s'alineï amb la vora interior de l'anella del cercle i sigui perpendicular a la superfície del cercle.

El Pes.

El pes serà de ferro massís, llautó o un altre metall que no sigui més tou que el llautó, o bé un embolcall de qualsevol d'aquests metalls, farcit de plom o un altre material sòlid. Ha de tenir forma esfèrica i el seu acabat serà llis.

RT 34. LLANÇAMENT DE DISC.

El Disc.

El cos del disc pot ser massís o buit i serà de fusta o un altre material apropiat, amb un cercle de metall, la vora del qual ha de ser circular. Les dues cares del disc han de ser idèntiques i no presentaran osques, puntes sortints ni vores tallants.

Gàbia per a Disc.

Tots els llançaments de disc s'han d'efectuar des de l'interior d'una gàbia o tancat per garantir la seguretat dels espectadors, dels oficials i dels atletes.

RT 36. LLANÇAMENT DE MARTELL.

Competició

Un atleta, en la seva posició inicial abans d'efectuar els voltejos o girs preliminars, pot posar el cap del martell sobre el terra, dins o fora del cercle.

No es considerarà com a intent nul si el cap del martell toca a terra dins o fora del cercle o la part superior de l'anell del cercle. L'atleta pot parar-se i recomençar el llançament a condició que cap altra Regla hagi estat contravinguda.

Si el martell es trenca durant el llançament o quan estigui en l'aire no es comptarà com un intent nul a condició que aquest s'hagi efectuat d'acord amb aquesta Regla. No es considerarà com un intent nul si per l'anterior, un atleta perd l'equilibri i com a resultat d'això incompleix qualsevol part d'aquesta Regla. En ambdós casos, a l'atleta se li concedirà un intent de substitució.

El Martell

El martell constarà de tres parts principals: un cap metàl·lic, un cable i una nansa.

El cap serà de ferro massís, llautó, o un altre metall que no sigui més tou que el llautó, o bé un embolcall d'aquest metall, farcit de plom o un altre material sòlid.

Gàbia per a Martell

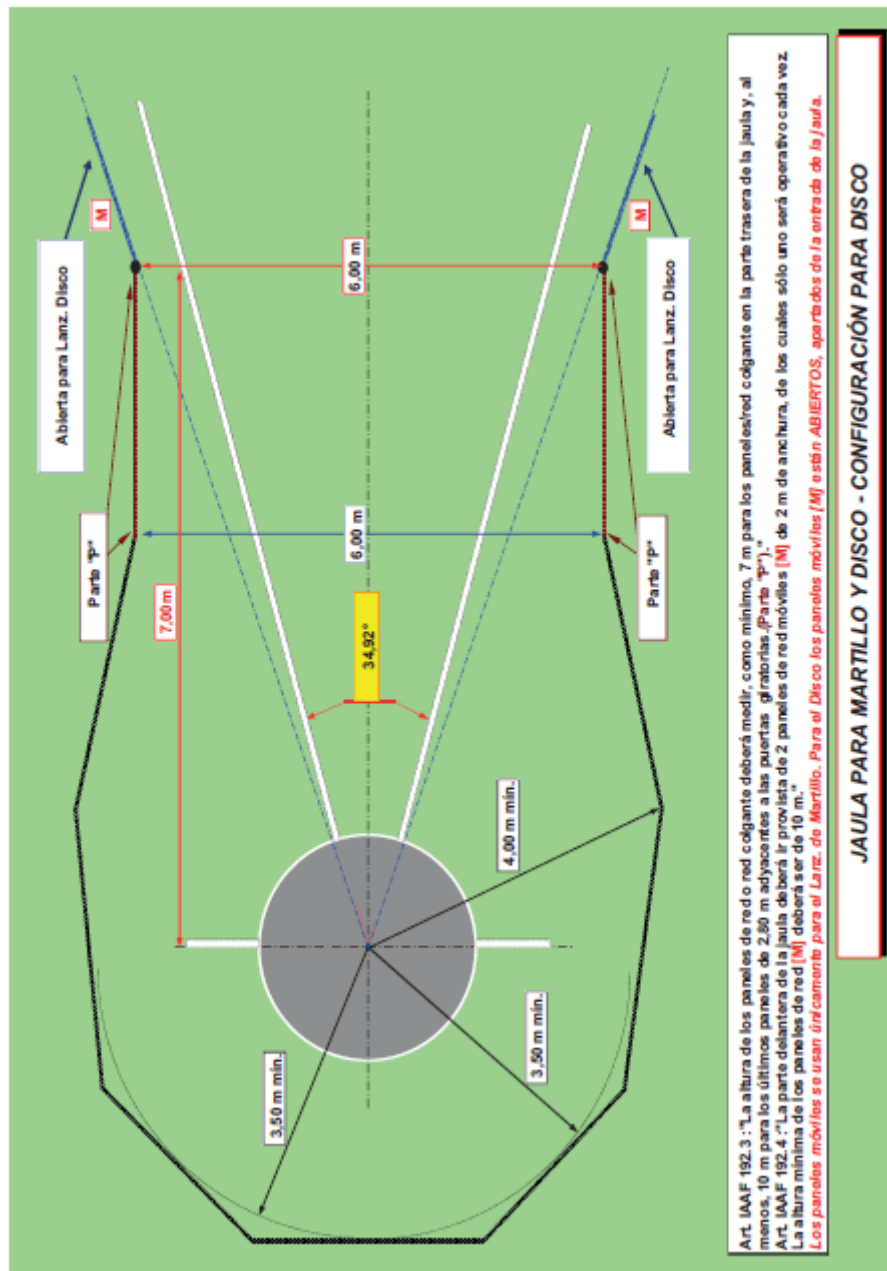
Tots els llançaments de martell s'han d'efectuar des de l'interior d'una gàbia o tancat per garantir la seguretat dels espectadors, dels oficials i dels atletes.

La part davantera de la gàbia ha d'anar proveïda de 2 panells de xarxa mòbils de 2 m d'amplada, dels quals només un serà operatiu cada vegada.

Nota (i): El panell esquerre s'usa per als atletes que giren en sentit contrari a les agulles del rellotge i el dret per als atletes que giren en el sentit de les agulles del rellotge. Donada la necessitat de canviar d'un panell a un altre durant la competició quan estiguin presents llançadors tant esquerrans com dretans, és essencial que aquests canvis requereixen poca feina i es puguin realitzar en un temps mínim.

Nota (ii): La posició final de tots dos panells serà de tal manera que, si el panell es posa perpendicular a la seva línia que delimita la zona de caiguda, hi hagi una distància d'1,12m des de la punta del panell fins a la línia imaginària que passaria al llarg del centre de la zona de caiguda.

Nota (iii): Es recomana marcar a terra (de manera temporal o permanent) les posicions operatives dels panells mòbils.





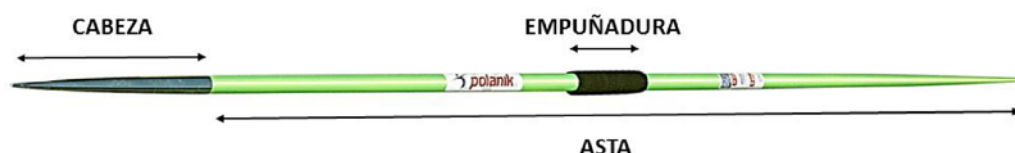
Un llançament serà vàlid únicament si el cap metàl·lic colpeja el terra abans que qualsevol altra part de la javelina.

En cap moment, durant el llançament i fins que la javelina hagi estat llançada, pot un atleta girar sobre si completament, de manera que doni l'esquena a l'arc de llançament.

Si la javelina es trenca durant el llançament o mentre està en l'aire, no es comptarà com un intent nul, sempre que hagi estat executat d'acord amb aquesta Regla. No es considerarà com un intent nul si per l'anterior, un atleta perd l'equilibri i com a resultat d'això incompleix qualsevol part d'aquesta Regla. En ambdós casos, a l'atleta se li concedirà un intent de substitució.

La Javelina

La javelina es compon de tres parts principals: una asta, un cap i un cordatge.



L'asta tindrà fixa a ella un cap metàl·lica acabant en una punta aguda. El cap estarà construït totalment de metall.

La javelina no ha de tenir parts movibles o altres dispositius que durant l'acció del llançament poguessin canviar el seu centre de gravetat o les seves característiques de llançament.

IV. COMPETICIONS DE PROVES COMBINADES

RT 39. COMPETICIONS DE PROVES COMBINADES

Les proves combinades estàndards són:

- Decatló per a les categories masculines S18, S20 i Absoluts;
- Heptatló per a les categories femenines S18, S20 i Absolutes.

Hi ha altres proves combinades per a les categories de promoció i, fins i tot, per a les categories esmentades al paràgraf anterior.

El Decatló Masculí consta de 10 proves, que s'efectuaran en el curs de dos períodes de 24 hores consecutius en l'ordre següent:

Primer dia: 100 m; Salt de Longitud; Llançament de Pes; Salt d'Alçada; 400 m.

Segon dia: 110 m amb tanques; Llançament de Disc; Salt amb Perxa; Llançament de Javelina; 1.500 m.

L'Heptatló Femení consta de set proves, que s'efectuaran en dos períodes de 24 hores consecutius en l'ordre següent:

Primer dia: 100 m amb tanques; Salt d'Alçada; Llançament de Pes; 200 m.

Segon dia: Salt de Longitud; Llançament de Javelina; 800 m.

Normes Generals

Les Regles per a cada prova de què consta la competició s'aplicaran amb les excepcions següents:

- en el Salt de Longitud i en cada un dels llançaments, només es permetran tres intents a cada un dels atletes.
- en el cas que no es disposi de Cronometratge Totalment Automàtic i Sistema de Foto Finish, el temps de cada atleta es prendrà independentment per tres cronometradors.
- en Curses, només es permetrà una sortida falsa per sèrie sense la desqualificació del(dels) atleta(es) responsable(s) de la sortida falsa. Qualsevol atleta(es) responsable(s) de posteriors sortides falses en la sèrie serà desqualificat pel jutge de Sortides.
- en els Salts Verticals l'augment d'altura del llistó es farà uniformement cada 3 cm pel Salt d'Alçada i 10 cm pel Salt amb Perxa durant tota la competició.

Qualsevol atleta que no intenti prendre la sortida o no faci cap intent en una de les proves no serà autoritzat a prendre part en les proves següents i es considerarà que ha abandonat la competició. No figurarà, per tant, en la classificació final.

V. COMPETICIONS EN PISTA COBERTA

RT 40. Aplicabilitat de Regles d'Aire Lliure a les Competicions de Pista Coberta

Amb les excepcions esmentades en les següents Regles d'aquesta Part V i del requisit de mesurament de vent, les Regles de les parts I a IV per Competicions a l'Aire Lliure són aplicables a les Competicions de Pista coberta.

RT 41. L'Estadi de Pista Coberta

L'estadi haurà d'estar en un recinte completament cobert i tancat. Estarà proveït d'il·luminació, calefacció i ventilació que li donin condicions satisfactòries per a la competició.

La Zona de Competició hauria d'incloure una pista oval, una pista recta per a les curses de velocitat i amb tanques, passadissos i zones de caiguda per a les proves de salts. Hauria de disposar a més d'un cercle i sector de caiguda per al Llançament de Pes, ja sigui permanent o temporal.

RT 43. La Pista Oval i Carrers

El perímetre nominal ha de ser preferiblement de 200 m. Constarà de dues rectes paral·leles, i dues corbes que poden tenir peralt els radis seran iguals.

La pista oval hauria de tenir un mínim de 4 i un màxim de 6 carrers.

RT 44. Desenvolupament de les Curses

Desenvolupament de les curses és com segueix:

- Les curses fins a 300m inclusivament es correran completament per carrers.
- Les curses superiors a 300m i menors de 800 m s'iniciaran i continuaran en carrers fins a la línia de carrer lliure a la fi de la segona corba.
- En les curses de 800m,
 - a cada atleta se li pot assignar un carrer individual a la sortida, o
 - fins a dos atletes màxim podran sortir en un carrer, o
 - pot donar-se una sortida en grups. En aquests casos, els atletes podran deixar el seu carrer, o els atletes que corrin en el grup exterior podran reunir-se amb els del grup interior, només després de la línia de carrer lliure marcada al final de la primera corba o, si la cursa es corre amb dos corbes per carrers, al final de la segona corba, o
 - també es pot utilitzar una línia de sortida corbada única per a tots els atletes.
- Les curses més llargues de 800 m s'han de córrer sense carrers utilitzant una línia de sortida corbada o una sortida per grups. Si s'utilitza una sortida per grups, la línia de carrer lliure estarà a la fi de la primera o la segona corba.

RT 46. Claus

La part de cada clau que sobresurti de la sola o de taló, no excedirà de 6 mm (o com es requereixi pels Organitzadors) limitat sempre als màxims previstos.

RT 47. Curses amb Tanques

Les distàncies estàndard seran: 50m o 60m a la pista recta. La més usada és la de 60m.

Disposició de les tanques per a les curses de 60m tanques:

	S18 M	S20 M	Abs M	S18 F	S20 F i Abs F
Altura de les tanques	0,914m	0,991m	1,067m	0,762m	0,838m
Nombre de tanques	5				
De sortida a 1a tanca	13,72m			13,00m	
Entre tanques	9,14m			8,50m	
D'última tanca a meta	9,72m			13,00m	

El nombre de tanques, distància a la primera tanca, distància entre tanques, distància de l'última tanca a la línia de meta i altura de les tanques són diferents per a les categories de promoció i per a les categories màster.

RT 48. Curses de Relleus

Les distàncies estàndards seran: 4x200m, 4x400m i 4x800m.

La distància de la cursa i el nombre de rellevistes són diferents per a les categories de promoció.

A la cursa de 4 x 200 m tota la cursa del primer rellevista i la primera corba del segon rellevista es correran per carrers fins a la vora més propera de la línia de carrer lliure. Cada zona de transferència serà de 20 m de llarg i el segon, tercer i quart atletes començaran al seu interior.

A la cursa de 4 x 400 m, el primer rellevista correrà pel seu carrer fins al final de la segona corba i la resta de la seva cursa i els altres rellevistes correran per carrer lliure.

A la cursa de 4 x 800 m, el primer rellevista correrà pel seu carrer fins al final de la primera corba i la resta de la seva cursa i els altres rellevistes correran per carrer lliure.

Els atletes que esperen en la tercera i quarta posta del relleu 4x200 m, els de la segona, tercera i quarta posta del relleu 4x400 i els del relleu 4x800m, sota la direcció d'un oficial designat, es col·locaran en la seva posició d'espera en el mateix ordre (de l'interior cap a fora) que els seus companys respectius entren en l'última corba. Una vegada que els atletes que arriben passen per aquest punt, els atletes que esperen romandran en aquest ordre i no canviaran la posició en l'inici de la zona de transferència. Si un atleta no compleix aquesta regla, el seu equip serà desqualificat.

RT 52. Llançament de Pes

El sector de caiguda es compondrà d'algun material apropiat en el qual el pes deixi una empremta, però que redueixi al mínim qualsevol bot.



RT 53. Competicions de Proves Combinades

Pentatló Masculí. S18 M, S20 M i Absolut M.

El Pentatló Masculí consta de cinc proves que s'efectuaran en un dia i en l'ordre següent: 60 m amb tanques; Salt de Longitud; Llançament de Pes; Salt d'Alçada; 1.000 m.

Heptatló Masculí. S18 M, S20 M i Absolut M.

L'Heptatló Masculí consta de set proves que s'efectuaran en dos períodes de 24 hores consecutius en l'ordre següent:

Primer dia: 60 m; Salt de Longitud; Llançament de Pes; Salt d'Alçada

Segon dia: 60 m amb tanques; Salt amb Perxa; 1.000 m.

Pentatló Femení. S18 F, S20 F i Absolut F.

El Pentatló Femení consta de cinc proves, que s'efectuaran en un dia i en l'ordre següent: 60 m amb tanques; Salt d'Alçada; Llançament de Pes; Salt de Longitud; 800 m.

VI. PROVES DE MARXA

RT 54. PROVES DE MARXA

Distàncies

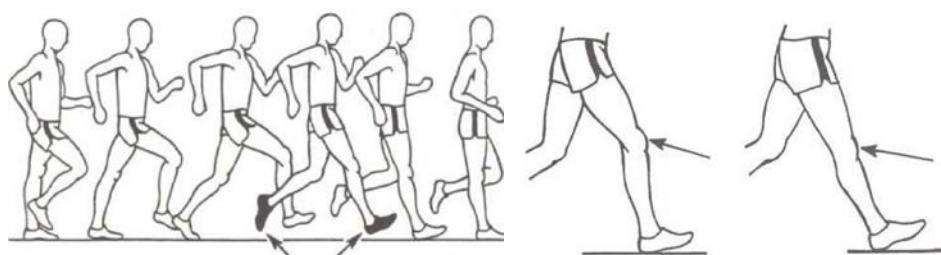
Les distàncies estàndard seran:

- Pista Coberta: 3.000 m, 5.000 m;
- Aire Lliure: 5.000 m, 10 km, 10.000 m, 20 km, 20.000 m, 35 km, 35.000 m, 50 km, 50.000 m.

Definició de marxa

La Marxa és una progressió de passos executats de manera que:

- L'atleta es mantingui en contacte amb el terra, per tal que no es produeixi pèrdua de contacte visible (a ull nu).
- La cama que avança ha d'estar recta, (és a dir, no doblegada pel genoll) des del moment del primer contacte amb el terra fins que es trobi en posició vertical.



Jutjament

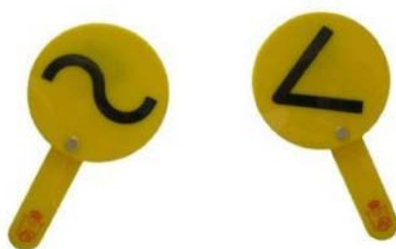
Jutge Cap. Si un Jutge Cap no ha estat nomenat amb anterioritat, els jutges de Marxa designats triaran un Jutge Cap.

Tots els jutges actuaran individualment i els seus judicis es basaran en observacions fetes a ull nu.

Paleta Groga

Quan un jutge no estigui completament satisfet de la manera de marxar d'un atleta, ha de mostrar a l'atleta, quan sigui possible, una paleta groga amb el símbol de la infracció comesa a cada cara.

Un atleta no pot rebre una segona paleta groga del mateix jutge per la mateixa infracció. El jutge ha d'informar el Jutge Cap, a l'acabar la competició, de totes les paletes grogues que ha mostrat.



Targeta Vermella

Quan un jutge observa a un atleta infringir alguna de les condicions de la definició de marxa, bé mostrant una pèrdua visible de contacte o el genoll doblegat en qualsevol part de la competició, el jutge enviarà

una Targeta Vermella al Jutge Cap. Realment a l'atleta no se li mostra cap Targeta Vermella i no veurà quin jutge ha notificat la Targeta Vermella.

Un mateix jutge no pot enviar dues targetes vermelles del mateix atleta, encara que sigui per dos motius diferents.

Tarjeta Roja 			
Distancia:			
Hombre/Mujer			
Dorsal			
Motivo		Hora	Minuto
		Hora	Minuto
Juez nº			
Firma del Juez			

Desqualificació

Excepte per quan estigui contemplada l'Àrea de Penalització en una prova de marxa, quan tres Targetes Vermelles de tres jutges diferents hagin estat enviades al Jutge Cap sobre el mateix atleta, l'atleta serà desqualificat i informat d'aquesta desqualificació pel Jutge Cap o el seu Adjunt mostrant-li una Paleta Vermella. L'absència de notificació no comportarà la requalificació d'un atleta desqualificat.

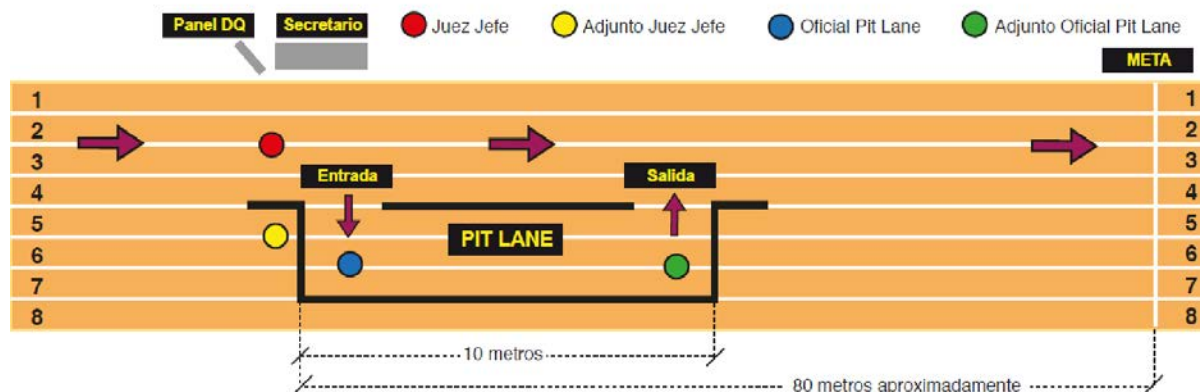


S'utilitzarà una Àrea de Penalització per a qualsevol cursa en què la normativa aplicable a la competició ho indiqui. En aquests casos, una vegada que un atleta hagi rebut tres Targetes Vermelles i sigui notificat pel Jutge Cap o per algú en qui delegui, se li requerirà a entrar a l'Àrea de Penalització i a romandre en ella durant el període pertinent. El temps de penalització és el següent:

Curses de distàncies menors o iguals a:	Temps de penalització
5000m / 5km	30 segons
10000m / 10km	1 minut
20000m / 20km	2 minuts
30000m / 30km	3 minuts

40000m / 40km	4 minuts
50000m / 50km	5 minuts

Si hi ha Àrea de Penalització i, en qualsevol moment, l'atleta rep una nova Targeta Vermella d'un jutge diferent dels tres que havien enviat prèviament una Targeta Vermella, estarà desqualificat.



Un o més Taulers d'Anuncis es col·locarà/n en el recorregut i prop de l'arribada per mantenir els atletes informats del nombre de Targetes Vermelles que han estat enviades al Jutge Cap per a cada atleta. El símbol de cada infracció haurà igualment d'indicar-se en el tauler d'anuncis.

El tauler d'anuncis mostra els resultats dels atletes en una competició. Els noms dels atletes i els seus punts són: 9, 23, 42, 87, 90, 91, 118, 157, 182, 185, 190, 194, 229, 230, 262, 279, 361, 406, 414, 442, 444, 484, 499, 543, 550, 579, 605, 611, 632, 639, 680, 696, 730, 746, 769, 775, 826, 879, 888, 890, 939. Els símbols de cada infracció són: una targeta vermella (V) i una targeta groga (G).

Sortida

Les curses començaran amb el tret d'una pistola, un canó, botzina o dispositiu similar. S'utilitzaran les veus de les curses superiors a 400m.

Llocs de Esponges / Begudes i Avituallaments en Proves en Carretera

A la sortida i arribada de totes les curses hi haurà aigua i altres avituallaments apropiats.

Els avituallaments, que poden subministrar-se bé sigui pels Organitzadors o pels atletes, es col·locaran en els llocs de manera que els atletes tinguin fàcil accés, o puguin ser lliurats a les seves mans per persones autoritzades.

Les persones autoritzades no poden entrar en el recorregut ni obstruir a cap atleta. Poden lliurar en mà l'avituellament a l'atleta des del darrere o des d'una posició a no més d'un metre al costat de la taula, però mai davant de la mateixa.

Un atleta pot, en qualsevol moment, portar aigua o avituallament a la mà o unit al seu cos, sempre que el porti des de la sortida o l'hagi recollit o rebut en un lloc oficial.

Nota: Un atleta pot rebre o passar a un altre atleta avituallament, aigua o esponges sempre que fossin portats des de la sortida o recollits o rebuts en un lloc oficial.



Recorreguts en Carretera

El circuit no serà inferior a 1 km ni superior a 2 km. En les proves que comencin i finalitzin a l'estadi, el circuit hauria d'estar situat tan a prop com sigui possible de l'estadi.

Abandonament del Recorregut

Un atleta podrà abandonar el recorregut marcat amb el permís i sota supervisió d'un oficial, sempre que la distància per recórrer no sigui disminuïda en deixar el recorregut.

Si el Jutge Àrbitre està d'acord amb l'informe d'un jutge o d'un Auxiliar, o d'una altra manera, que un atleta ha deixat el recorregut marcat, reduint així la distància a recórrer, l'atleta serà desqualificat.

VII. CURSES EN CARRETERA

RT 55. CURSES EN CARRETERA

Distàncies

Les distàncies estàndards seran: 5 km, 10 km, 15 km, 20 km, Mitja Marató, 25 km, 30 km, Marató (42,195 km), 100 km i Relleus en Carretera.

Recorregut

Les curses s'hauran d'efectuar sobre carreteres asfaltades. No obstant això, quan la circulació o altres circumstàncies similars ho facin impracticable, el recorregut, degudament marcat, podrà seguir un carril per a bicicletes o un sender de vianants al llarg de la carretera, però no haurà de passar per terrenys tous com vorals amb gespa o alguna cosa semblant. La sortida i l'arribada poden tenir lloc en una zona de Competició d'atletisme.

Les distàncies en quilòmetres al llarg del trajecte seran indicades a tots els atletes.

Sortida

Les curses començaran amb el tret d'una pistola, un canó, botzina o dispositiu similar. S'utilitzaran les veus de les curses superiors a 400m.

Llocs de Esponges / Begudes i Avituallaments

A la sortida i arribada de totes les curses hi haurà aigua i altres avituallaments apropiats.

Els avituallaments seran normalment proporcionats pels organitzadors, però aquests poden autoritzar als atletes a aportar el seu propi avituallament, en aquest cas, cada atleta ha de designar els llocs en els quals s'ha de posar a la seva disposició.

Els organitzadors hauran de delimitar, per mitjà de barreres, taules o marques sobre el terra, la zona en la qual l'avituallament serà rebut o recollit. Aquesta zona no s'hauria de trobar directament en la línia de mesurament del recorregut. L'avituallament ha de ser col·locat de tal manera que sigui fàcilment accessible als atletes o que pugui ser posat a les seves mans per persones autoritzades. Aquestes persones autoritzades han de romandre a l'interior de la zona designada i no penetrar en el recorregut ni destorbar cap atleta. Cap oficial ni persona autoritzada podran, sota cap circumstància, desplaçar-se al costat de l'atleta mentre aquest estigui prenent l'avituallament o aigua.

Un atleta pot, en qualsevol moment, portar aigua o avituallament a la mà o unit al seu cos, sempre que el porti des de la sortida o l'hagi recollit o rebut en un lloc oficial.

Nota: Un atleta pot rebre o passar a un altre atleta avituallament, aigua o esponges sempre que fossin portats des de la sortida o recollits o rebuts en un lloc oficial.

Desenvolupament de la Cursa

Un atleta podrà sortir del recorregut marcat amb el permís i sota la supervisió d'un oficial, sempre que la distància per recórrer no sigui disminuïda a deixar el recorregut.

Si el jutge àrbitre està d'acord amb l'informe d'un jutge, Auxiliar o d'una altra manera, que un atleta ha deixat el recorregut marcat, reduint així la distància a recórrer, l'atleta serà desqualificat.

Es col·locaran Auxiliars del jutge àrbitre a intervals regulars i en cada punt clau. Altres auxiliars s'haurien de moure al llarg del recorregut durant la cursa.

VIII. CROS, CURSES DE MUNTANYA I DE TRAIL

RT 56. CROS

Recorregut

El recorregut ha de ser dissenyat sobre una zona oberta o de bosc, coberta en la mesura del possible, per herba, amb obstacles naturals.

Un recorregut d'una volta ha de ser dissenyat, mesurant aquesta entre 1.500m i 2.000m. Si cal, es pot afegir una volta petita a l'objecte d'ajustar les distàncies a les distàncies totals requerides per les diverses proves.

Sortida

Les curses començaran amb el tret d'una pistola, un canó, botzina o dispositiu similar. S'utilitzaran les veus de les curses superiors a 400m.

Llocs de Esponges / Begudes i Avituallaments

A la sortida i arribada de totes les curses hi haurà aigua i altres avituallaments apropiats.

Desenvolupament de la Cursa

Si el Jutge Àrbitre està d'acord amb l'informe d'un jutge, Auxiliar o d'una altra manera, que un atleta ha deixat el recorregut marcat, reduint així la distància a recórrer, l'atleta serà desqualificat.

Els Jutges i els Cronometradors estaran situats a qualsevol dels costats de la línia d'arribada i es recomana que, per a estudiar qualsevol apel·lació relativa a l'ordre d'arribada, un oficial amb un equip de gravació de vídeo (si és possible amb un cronòmetre a la vista) sigui assignat i se situï uns pocs metres després de la línia d'arribada per gravar l'ordre en què els atletes creuen la línia.

RT 57. CURSES DE MUNTANYA I DE TRAIL

Recorregut

La disciplina de Curses de Muntanya i de Trail té lloc en diferents tipus de terrenys naturals (sorra, camins de terra, camins forestals, senders de via única, pistes de neu, etc.) i en diferents tipus d'entorns (muntanyes, boscos, planes, deserts, etc.). Les curses tenen lloc principalment en superfícies fora de la carretera.

Sortida

S'utilitzaran les veus de les curses superiors a 400m.

Llocs de Esponges / Begudes i Avituallaments

Aigua i altres avituallaments adequats estaran disponibles a la sortida i arribada de totes les curses. Llocs addicionals d'esponges/begudes s'haurien de facilitar en llocs adequats al llarg del recorregut.

Desenvolupament de la Cursa

Si el jutge àrbitre està d'acord amb l'informe d'un jutge, Auxiliar, o d'una altra manera, que un atleta:

- ha deixat el recorregut marcat reduint així la distància a recórrer;
- rep qualsevol forma d'assistència tal com marcatge del ritme, o avituallaments fora de les estacions oficials d'ajuda;

- no compleix qualsevol de les normes específiques de la cursa;
serà desqualificat o tindrà la penalització establerta a les normes específiques de la cursa.

ANNEX: PROTOCOL FCA

- El nomenament per ser jutge d'una competició el fa la FCA o el delegat territorial corresponent.
- S'ha de donar resposta al nomenament i avisar de qualsevol imprevist que es tingui.
- S'ha de revisar la normativa de la competició per la qual hem estat nomenats.
- Pels desplaçaments, hem de mirar de compartir vehicles.
- Els jutges hem de portar un material mínim (bolígrafs, llapis, carpeta, paper, RIA, cronòmetre, cinta mètrica, ...)
- Els Jutges designats per a una competició tenen l'obligació de presentar-se al Director de Reunió o Jutge Àrbitre i estar a la seva disposició mitja hora abans del començament de les proves, com a mínim.
- Cada vegada que acabi una prova per la qual hem estat assignats, hem de portar el full de resultats al Jutge Àrbitre.
- Quan un Jutge acabi la funció que tenia assignada es dirigirà al Director de Reunió per si es precisés la seva col·laboració en un altre lloc de la competició. En cas de no tenir que realitzar cap més funció, sortirà de la pista i es situarà a la grada fins que el Director de Reunió li doni el vist-i-plau per abandonar la competició.
- S'adoptarà en tot moment una postura correcta a la pista i s'evitaran els grups. No és permès parlar per telèfon mòbil, fumar, menjar, etc ...
- El tracte amb els atletes serà educat i ferm. Els Jutges vetllaran per a que cap persona que no tingui una funció a la pista pugui romandre a l'interior de la mateixa.
- Qualsevol qüestió d'organització es plantejarà al Director de Reunió i les qüestions tècniques al Jutge Àrbitre.
- L'uniforme oficial consta de polo vermell màniga curta (estiu), polo vermell màniga llarga (primavera-tardor-hivern) i polar (hivern). Totes les peces aniran amb el distintiu brodat de l'escut de la Federació. El pantaló a utilitzar serà de color blau marí o similar. Es recomana utilitzar calçat esportiu.



- El Jutge Àrbitre o Director de Reunió d'una competició podrà no autoritzar la participació a qualsevol Jutge que assisteixi sense vestir l'uniforme oficial.

- Els Jutges podran estar sense renovar la Llicència Federativa un màxim d'un any. Si el temps es més llarg hauran de passar obligatòriament per un curs de reciclatge.
- No es permet participar com a Jutge, ni amb el seu uniforme, a competicions no oficials. Es consideren competicions no oficials aquelles que no surten al calendari de la Federació o que no compten amb el vist-i-plau del CCJ.
- Per a la compensació econòmica es farà el càlcul des d'un quart d'hora abans de l'inici de la competició.
- Els Jutges que, per la seva funció en el jurat, comencin la seva feina en arribar a la competició (Per exemple: Cambra de requeriments, Direcció Tècnica, ...) els hi serà calculat el temps des del seu inici. Les fraccions de quart d'hora es pagaran una vegada se superin els 10 minuts.
- Competicions suspeses. El Jutge Àrbitre haurà d'esperar un temps prudencial per suspendre la competició. Haurà de convocar una reunió amb delegats i/o organitzadors per donar a conèixer la notícia i per tal de fer la proposta (que haurà de presentar-se a la FCA per a la seva autorització) del dia més adient en el qual podria realitzar-se la competició. La tarifa a cobrar serà l'establerta per a aquests casos més el desplaçament. En cas d'haver començat la competició es cobrarà la tarifa estipulada.
- Compensació econòmica jutges FCA.

	Brut	2% Ret.	Net
3 hores (mínim per actuació)	26.53 €	0.53 €	26.00 €
3 hores 1/4	28.88 €	0.58 €	28.30 €
3 hores 1/2	30.92 €	0.62 €	30.30 €
3 hores 3/4	33.27 €	0.67 €	32.60 €
4 hores	35.51 €	0.71 €	34.80 €
4 hores 1/4	37.55 €	0.75 €	36.80 €
4 hores 1/2	39.80 €	0.80 €	39.00 €
4 hores 3/4	42.04 €	0.84 €	41.20 €
5 hores	44.29 €	0.89 €	43.40 €
5 hores 1/4	46.33 €	0.93 €	45.40 €
5 hores 1/2	48.67 €	0.97 €	47.70 €
5 hores 3/4	50.82 €	1.02 €	49.80 €
6 hores	52.96 €	1.06 €	51.90 €
6 hores 1/4	55.41 €	1.11 €	54.30 €
6 hores 1/2	57.55 €	1.15 €	56.40 €
6 hores 3/4	59.59 €	1.19 €	58.40 €
7 hores	61.94 €	1.24 €	60.70 €

* L'actuació es considerarà des del moment de la incorporació del Jutge a la prova.

Suplement	Brut	2% Ret.	Net
Jutge Àrbitre, Dir.Reunió, Dir.Tècnic i Medició I.	12.25 €	0.25 €	12.00 €

DESPLAÇAMENTS

Desplaçaments a altres poblacions

Conductor del vehicle _____ 0,19 €/Km. (*)

Amb comprovant s'abonaran les despeses d'autopista

Amb comprovant s'abonaran les despeses de transport públic (tren o autobús)

(*) El quilometratge serà estipulat per la Federació Catalana d'Atletisme i es registrarà pel Mapa Oficial de Carreteres editat pel Ministeri de Foment.

Compensació per temps de desplaçament (aplicable a tots els Jutges desplaçats)

A partir de 80 i fins a 160 Km. (anada i tornada)	6.00 €
De 161 i fins a 240 Km. (anada i tornada)	9.00 €
De 241 Km. en endavant (anada i tornada)	12.00 €

DIETA MENJAR

Competicions de matí i tarda amb desplaçaments superiors a 25 Km _____ 18.00 €

ENCONTRE SUSPÈS

	Brut	2% Ret.	Net
Els Jutges presentats cobraran	12.25 €	0.25 €	12.00 €