



Club Atlètic
Palafrugell

50 anys (1971-2021)



ajuntament de
palafrugell
esports



FEDERACIÓ CATALANA
d'ATLETISME

CONTROL DE PROVES COMBINADES

- El C. A. Palafrugell amb l'autorització de la Federació Catalana d' Atletisme, organitza una jornada de proves combinades per els propers 26 i 27 de març de 2022 a l'Estadi Municipal Josep Pla Arbonès de Palafrugell.
- El control tècnic anirà a càrrec del Col·legi Català de Judges d'Atletisme. Hi haurà cronometratge elèctric.
- Podran participar-hi tots els/les atletes sub16 i més grans que ho desitgin que tinguin la llicència federativa actualitzada per la temporada en curs.
- Les inscripcions hauran de fer-se per intranet fins al dimecres 23 de març de 2022.
- El preu d'inscripció és de de 12 €. El pagament s'efectuarà a través de cada club per transferència bancària una vegada publicada la llista d'atletes admesos i fins 24 hores abans de la competició al compte ES24 0081 1935 4700 0102 4303. Al moment d'efectuar el pagament caldrà enviar el comprovant a capalafrugell@gmail.com. Opcionalment també es podrà fer el pagament global a la pista per la persona delegada de l'equip.
- Les normatives sobre pesos d'artefactes i alçades i col·locacions de les tanques les trobareu a la web de la FCA, en l'apartat de normatives.
- Les possibles reclamacions hauran de fer-se verbalment al Jutge Àrbitre fins 30 minuts després d'haver-se fet públic el resultat o produït l'incident.
- Tot allò no previst en el present Reglament es regirà per les normes de la FEDERACIÓ CATALANA D'ATLETISME.
- La sola participació en aquesta competició implica la total acceptació del present Reglament.

Normes tècniques

Salt d'alçada

S'utilitzaran dues zones, la primera començarà a l'alçada mínima especificada i a la segona a 1,45 en els nois i a 1,30 en les noies. Les cadències seran les següents

- o Masculí: 1,21-1,30-1,39-1,45-1,51-1,57-1,60 i de 3 en 3 cm
- o Femení: 1,09-1,18-1,24-1,30-1,36-1,42 i de 3 en 3 cm

Salt amb perxa

Es farà un primer concurs pels cadets i un segon per juvenils, júniors i absoluts. Les cadències seran les següents: 1,80-2,10-2,40-2,60-2,80-3,00-3,10 i de 10 en 10 cm

Normes complementàries:

- Aquest control es fa seguint les directrius sobre situació sanitària que les institucions determinen i que poden variar en funció de l'evolució dels esdeveniments i conseqüentment fer modificar la competició i el seu reglament.



Club Atlètic
Palafrugell

50 anys (1971-2021)



ajuntament de
palafrugell
esports



FEDERACIÓ CATALANA
d'ATLETISME

Horari actualitzat

Palafrugell, dissabte 26 de març de 2022

	HEPTATLÓ	HEPTATLÓ	HEXATLÓ	DECATLÓ	DECATLÓ	DECATLÓ	OCTATLÓ
	ABSOLUT F	SUB18 F	SUB16 F	ABSOLUT M	SUB20 M	SUB18 M	SUB16 M
9.00	100mt (0,84)						
9.10		100mt (0,76)					
9.20			100mt (0,76)				
9.35							100m
9.40				100m	100m		
9.50						100m	
10.00	alçada	alçada	alçada				
10.15				llargada	llargada		pes (4)
10.50						llargada	
11.15				pes (7,26)	pes (6)		alçada
11.45						pes (5)	
12.30	pes (4)	pes (3)		alçada	alçada	alçada	
13.00			pes (3)				
13.15	200 m	200 m					
13.30							disc (1)
14.00				400m	400m	400 m	

Palafrugell, diumenge 27 de març de 2022

	HEPTATLÓ	HEPTATLÓ	HEXATLÓ	DECATLÓ	DECATLÓ	DECATLÓ	OCTATLÓ
	ABSOLUT F	SUB18 F	SUB16 F	ABSOLUT M	SUB20 M	SUB18 M	SUB16 M
9.00							100mt(0,914)
9.10						110mt(0,914)	
9.20				110mt(1,067)	110mt (1,00)		
9.30			llargada				perxa
10.00				disc (2)	disc (1,75)	disc (1,5)	
10.15	llargada	llargada					
10.30			javelina(500)				
11.00				perxa	perxa	perxa	
11.15	javelina(600)	javelina(500)					
11.30			600 m				
12.00							javelina (600)
12.15	800 m	800 m					
12.30				javelina (800)	javelina(800)	javelina (700)	
13.00							1000 m
13.30				1500m	1500m	1500m	

NOTA.- horari aproximat modificable en funció del desenvolupament de la competició.

- Al moment de recollir el dorsal indiqueu si us plau les alçades de començament a alçada i perxa
- Si teniu baixes us agrairíem que enviéssiu un correu a capalafrugell@gmail.com