

## CONTROLS PISTA COBERTA SUB16

La Federació Catalana d'Atletisme organitza els dies

- 10 de desembre de 2022
- 17 de desembre de 2022
- 15 de gener de 2023
- 5 de febrer de 2023
- 17 de febrer de 2023
- 24 de febrer de 2023

controls de Pista Coberta adreçats a la categoria Sub16 amb les edats de la temporada 2023.

### 1. Participació

---

Poden participar els atletes nascuts els anys 2008 i 2009 que tinguin degudament tramitada la seva llicència per la Federació Catalana d'Atletisme.

### 2. Inscripcions

---

- Cada atleta només podrà ser inscrit en un màxim de 2 proves individuals. En el cas de participar en dues curses, només podrà realitzar-se una de més de 300 metres.
- L'organització, per tal de cobrir les despeses de personal, pista i jutges, cobrarà a cada atleta participant l'import següent:
  - Per participar en 1 prova 4 €
  - Per participar en 2 proves 6 €
- Les inscripcions es faran a través de la SDP fins el dilluns anterior a la competició. Dimarts, la FCA publicarà els atletes inscrits, en cas que la participació aconselli fer alguna petita modificació en l'horari es publicarà.

Un delegat del club haurà de retirar els dorsals fins 45 minuts abans de la primera prova a realitzar per algun dels seus atletes inscrits. No es lliuraran dorsals de forma individual, El pagament de les inscripcions es farà el mateix dia del control abans de la seva finalització.

### 3. Competició

---

- Totes les curses es controlaran amb cronometratge elèctric.
- Col·locació del llistó :
  - Alçada M: 1.40-1.45-1.50-1.55-1.60-1.64-1.68-1.72-1.75-1.78 i de 2 en 2 cm.
  - Alçada F: 1.25-1.30-1.35-1.40-1.45-1.49-1.53-1.57-1.60-1.63 de 2 en 2 cm
  - Perxa M: 2.30-2.50-2.65-2.80-2.90-3.00-3.10-3.20-3.30-3.35 i de 5 en 5 cm.
  - Perxa F: 1.80-2.00-2.15-2.30-2.45-2.60-2.70-2.80-2.90-2.95 i 5 en 5 cm.

c) Marques mínimes de participació en concursos:

- Llargada Masculina: 4.00 m.
- Llargada Femenina: 3.70 m.
- Triple Salt Masculí: 9.00 m.
- Triple Salt Femení: 8.30 m.
- Pes Masculí: 6.50 m.
- Pes Femení: 5.50 m.

d) Les curses es faran per sèries segons el nombre de participants i la seva marca.

e) Quan només es lliuri un dorsal, haurà de col·locar-se de forma visible a la part davantera de la samarreta.

f) Horari de presentació a la Cambra de Requeriments, Accés a pista

- Curses 15 minuts abans de la prova
- Concursos 30 minuts abans de la prova (a excepció de Salt amb Perxa)

Els atletes que no passin per la Cambra de Requeriments dintre de l'horari establert no podran competir.

La Cambra de Requeriments està situada al pis inferior de la pista, al costat de la recta d'escalfament.

#### 4. Normes complementàries

Aquests controls es regiran segons el Reglament que figura en la Normativa General de Pista Coberta.

#### 10 de desembre 2022-Sabadell (categories corresponents a la temporada 2023)

9,00	60 m.t. M	Triple F ( <i>nascudes 2009</i> )	
9,15	60 m.t. F		
9,30			Perxa F
9,35	60 m.ll. M		
10,00			Alçada M
10,10	60 m.ll. F		
10,15		Triple F ( <i>nascudes 2008</i> )	
10,30			Pes M ( <i>nascuts 2008-2009</i> )
11,05	600 m.ll. M		
11,25	600 m.ll. F		
11,45	300 m.ll. M		
12,15		Llargada M ( <i>nascuts 2009</i> )	
12,20	300 m.ll. F		
13,10	3000 m.ll. M		
13,25	3000 m.ll. F		
13,30		Llargada M ( <i>nascuts 2008</i> )	

### 17 de desembre 2022-Sabadell (categories corresponents a la temporada 2023)

9,00	60 m.t. M	Triple M ( <i>nascuts 2009</i> )	Triple M ( <i>nascuts 2008</i> )	Pes F ( <i>nascudes 2009</i> )
9,15	60 m.t. F			
9,30			Perxa M	
9,40	60 m.ll. M			
10,00			Alçada F	
10,30	60 m.ll. F			
10,30				Pes F ( <i>nascudes 2008</i> )
11,25	600 m.ll. M			
11,45	600 m.ll. F			
12,05	300 m.ll. M			
11,50		Llargada F ( <i>nascudes 2009</i> )		
12,50	300 m.ll. F			
13,30		Llargada F ( <i>nascudes 2008</i> )		
13,50	1000 m.ll. M			
14,15	1000 m.ll. F			

### 15 de gener de 2023-Sabadell

15,45	60 m.t. M	Triple F ( <i>nascudes 2009</i> )	Perxa F (Grup A)	Pes M ( <i>nascuts 2009</i> )
16,00	60 m.t. F			
16,15				
16,20	60 m.ll. M			
16,45			Alçada M (Grup A)	
16,55	60 m.ll. F			
17,15		Triple F ( <i>nascudes 2008</i> )		
17,55	600 m.ll. M		Perxa F (Grup B)	Pes M ( <i>nascuts 2008</i> )
18,10	600 m.ll. F			
18,25	300 m.ll. M			
18,15				
18,30		Llargada M ( <i>nascuts 2009</i> )	Alçada M (Grup B)	
19,00	300 m.ll. F			
19,45		Llargada M ( <i>nascuts 2008</i> )		
20,00	3000 m.ll. M			
20,20	3000 m.ll. F			

### 5 de febrer de 2023 -Sabadell

9,00	60 m.t. M	Triple M ( <i>nascuts 2009</i> )		Pes F ( <i>nascudes 2009</i> )
9,15	60 m.t. F			
9,30			Perxa M	
9,40	60 m.ll. M			
10,00			Alçada F	
10,15	60 m.ll. F	Triple M ( <i>nascuts 2008</i> )		Pes F ( <i>nascudes 2008</i> )
11,10	600 m.ll. M			
11,25	600 m.ll. F	Llargada F ( <i>nascudes 2009</i> )		
11,40	300 m.ll. M			
12,15	300 m.ll. F			
13,00	1000 m.ll. M	Llargada F ( <i>nascudes 2008</i> )		
13,30	1000 m.ll. F			

### 17 de febrer de 2023-Sabadell

17,00	60 m.t. M	Triple F (2 fossars)	Perxa F (grup A)	
17,15	60 m.t. F			
17,30	60 m.ll. M			
18,00	60 m.ll. F		Alçada M	Pes M
18,40	600 m.ll. M	Llargada M 2008 (2 fossars)		
19,00	600 m.ll. F		Perxa F (grup B)	
19,20	300 m.ll. M			
19,50	300 m.ll. F			
20,00		Llargada M 2009 (2 fossars)		
20,50	3000 m.ll. M			
21,15	3000 m.ll. F			

**24 de febrer 2023 -Sabadell**

17,00	60 m.t. M	Triple M (dos fossars)		
17,15	60 m.t. F			
17,30	60 m.ll. M		Perxa M	
18,05	60 m.ll. F		Alçada F	Pes F 2008
18,30		Llargada F 2009 (dos fossars)		
18,55	600 m.ll. M			
19,10	600 m.ll. F			
19,25	300 m.ll. M			Pes F 2009
19,55	300 m.ll. F	Llargada F 2008 (dos fossars)		
20,50	1000 m.ll. M			
21,25	1000 m.ll. F			