

CONTROL CATEGORIES DE PROMOCIÓ

LA FCA i el Cornellà At. organitzaran un control de categories de promoció **el dissabte 4 de març a les pistes d'atletisme de Cornellà.**

En aquest control podran participar tots/totes els/les atletes de les categories Sub10, Sub12, Sub14 i Sub16 que tinguin degudament tramitada la seva llicència federada.

La Comissió de Promoció de la FCA amb l'objectiu de facilitar les inscripcions i agilitzar i donar el millor resultat possible en relació a la competició, ha concretat les següents mesures:

- **Les inscripcions a aquesta jornada es realitzaran via SDP fins dilluns 27 de febrer.** Dimecres 29, la FCA enviarà al club organitzador les llistes de participació, així com els fitxers del programa informàtic. Així mateix, en cas que el nombre d'inscrits/es en alguna prova, aconselli un petita modificació horària, es farà públic el mateix dimecres, en la web de la Federació.

Els/Les atletes podran inscriure's i realitzar un màxim de 2 proves.

- L'organització (club organitzador), per tal de cobrir les despeses de personal, pista i jutges, cobrarà a cada atleta inscrit/a:

Categories sub10 i sub12

- Inscripció en 1 prova 2 euros
- Inscripció en 2 proves 3 euros

Categories sub14 i sub16

- Inscripció en 1 prova 3 euros
- Inscripció en 2 proves 4 euros

- Els clubs participants hauran de recollir a la secretaria de la competició fins 30 minuts abans de la primera prova en la que participin, les llistes d'inscrits. Durant tota la jornada, podran fer el pagament total de les seves inscripcions.
- Amb l'objectiu que el nombre d'inscripcions en aquests controls corresponguin el màxim possible, a la realitat de la participació, el club organitzador cobrarà a cada club per inscripció d'atleta feta i que no competeixi, sense causa justificada o comunicada amb anterioritat al dia de la competició, i sempre que el nombre d'incompareixences sigui superior al 10 % del total d'inscripcions
- Únicament es lliuraran dorsals per a les proves de mig fons, fons i marxa.

Normes tècniques

Curses

Totes les curses seran cronometrades amb cronometratge elèctric.

Salts

Cadència llistons salt d'alçada

Sub 12 M: 1.00-1.10-1.15-1.20-1.25-1.28-1.31-1.34 i de 3 en 3 cm.
Sub 16 M: 1.40-1.45-1.50-1.55-1.60-1.64-1.68-1.72-1.75-1.78 i de 3 en 3 cm.
Sub 16 F: 1.20-1.25-1.30-1.35-1.40-1.45-1.49-1.53-1.57-1.60 i de 3 en 3 cm

Aquestes cadències no poden ser modificades. En la categoria Sub14 i Sub16, les proves de salts horitzontals i llançaments, passaran vuit atletes a disputar la millora. Els intents de millora es realitzaran en ordre invers a la classificació dels 3 primers intents.

Distància de les taules de batuda en salts horitzontals

Salt de llargada Sub12 Femení: 2 m.
Triple Salt Sub16 Femení: 7 | 9 m.,

Aquestes distàncies no podran ser modificades

Horari de competició

10,00	60 m.ll. Sub10 M	Alçada Sub12 M	Llargada Sub12 F	Pes Sub14 M
10,20	60 m.ll. Sub10 F		Vortex Sub10 M	
10,40	60 m.ll. Sub12 M			
11,00	60 m.ll. Sub12 F			Pes Sub14 F
11,20	60 m.ll. Sub14 M		Vortex Sub10 F	
11,40	60 m.ll. Sub14 F	Alçada Sub16 F	Triple Sub16 M	
12,00				Pes Sub16 F
12,10	60 m.ll. Sub16 M			
12,30	60 m.ll. Sub16 F			
12,55	300 m.ll. Sub16 M			
13,00		Alçada Sub16 M	Triple Sub16 F	Pes Sub16 M
13,05	300 m.ll. Sub16 F			
13,25	600 m.ll. Sub16 M			
13,35	600 m.ll. Sub16 F			
13,45	60 m.t. Sub16 M			
13,55	60 m.t. Sub16 F			