

## **NORMES DE COMPETICIÓ ADDICIONALS PER A PROVES DE PROMOCIÓ**

### **PISTA COBERTA**

- Per a les categories Sub 14, Sub 12 i Sub 10 **no** són obligatoris els tacs de sortida. La reglamentació de les sortides d'aquestes categories serà igual a la de Proves Combinades d'adults.
- Els tacs de sortida són obligatoris per a la categoria Sub 16.
- La prova de 300 Sub 16 en pista coberta serà equivalent a un 400 (2 corbes i després carrer lliure)
- La prova de 600 Sub 16 en pista coberta serà equivalent a un 800 (1 corba i després carrer lliure)

### **RELLEUS EN PISTA COBERTA** **Desenvolupament de les curses**

#### **4 X 200**

A la cursa de 4x200, tota la primera volta i la primera corba de la segona es correran per carrers fins la línia de carrer lliure. La zona de transferència serà de 20 m. de llarg i el segon, tercer i quart atletes començaran en el seu interior.

Els atletes que esperen en la tercera i quarta posta, sota la direcció d'un jutge, es col·locaran en la seva posició d'espera en el mateix ordre (de l'interior cap fora) que els seus companys respectius entren en l'última corba.

Un cop que els atletes que arriben passen per aquell 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 aquest article, el seu equip serà desqualificat.

#### **4 X 300 i 4 X 400**

A les curses de 4x300 i 4x400, s'iniciarà i continuarà per carrers fins la línia de carrer lliure al final de la segona corba.

Els atletes que esperen en la segona, tercera i quarta posta, sota la direcció d'un jutge, es col·locaran en la seva posició d'espera en el mateix ordre (de l'interior cap fora) que els seus companys respectius entren en l'última corba.

Un cop que els atletes que arriben passen per aquell 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 aquest article, el seu equip serà desqualificat.

### **PROVES DE PISTA COBERTA A L'AIRE LLIURE**

- A les proves de 60 llisos i 60 tanques (categoria Sub 16 i 14) que se celebrin a l'aire lliure haurà d'enregistrar-se el vent. La col·locació de l'anemòmetre serà a 30 metres de la línia d'arribada amb un temps de medicació de 5 segons a partir del tret de sortida. Així mateix també s'enregistrarà el vent a la Llargada i al Triple per poder accedir a un Campionat en pista coberta.

## **NORMES DE COMPETICIÓ ADDICIONALS PER A PROVES DE PROMOCIÓ**

### **AIRE LLIURE**

- Per a les categories Sub 14, Sub 12 i Sub 10 **no** són obligatoris els tacs de sortida. La reglamentació de les sortides d'aquestes categories serà igual a la de Proves Combinades d'adults.
- Els tacs de sortida son obligatoris per a la categoria Sub 16.
- L'anemòmetre és obligatori per a les categories Sub 16
- L'anemòmetre és obligatori a la categoria Sub 14 a les proves de 80, 80t, Llargada i Triple. La seva ubicació, en les curses lliures i tanques, serà a 40 metres de la línia d'arribada i el període de medicació desde el tret de sortida durant 10 segons.
- Per a la categoria Sub 12 i Sub 10 **no** es obligatori l'anemòmetre.
- Als concursos de la categoria Sub 12 i Sub 10 no hi haurà intents de millora, excepte al Campionat de Catalunya Individual.
- Els atletes del Triple Salt Sub 14 podran agafar una cursa màxima de 15 metres.
- S'autoritza llançar amb pes i disc de goma només a la categoria Sub 12.

### **OBSTACLES**

#### **· 2000 metres obstacles Sub 18**

Hi hauran cinc (5) obstacles per volta sencera inclosa la ria.

El primer obstacle a saltar serà el situat més a prop de la sortida de 200 metres.

L'alçada dels obstacles serà de 0,838 i 0,762 metres en nois i noies respectivament.

Hi hauran divuit (18) passades d'obstacles i cinc (5) salts de ria.

#### **· 1500 metres obstacles Sub 16**

Hi hauran cinc (5) obstacles per volta sencera inclosa la ria.

El primer obstacle a saltar estarà situat a la recta principal.

L'alçada dels obstacles serà de 0.762 metres.

Hi hauran tretze (13) passades d'obstacles i tres (3) salts de ria.

#### **· 1000 metres obstacles Sub 14**

Hi hauran quatre (4) obstacles per volta sencera **sense ria**.

El primer obstacle a saltar estarà situat després de la línia d'arribada.

L'alçada dels obstacles serà de 0.762 metres.

Hi hauran vuit (8) passades d'obstacles.

### **RELLEUS**

En les curses de 4x200 Sub14 i el 4x300 Sub16, la cursa s'iniciarà i continuarà per carrers fins la línia de carrer lliure al final de la primera corba.

La sortida dels 220 metres tanques Sub 14 estarà situada a l'inici de la 2a. zona del 4 x 100