

## CONTROLS SUB 18 - SUB 20

La Federació Catalana d'Atletisme organitza 3 controls sub18-20 els dies **27 de maig, 4 i 10 de juny del 2023**. Aquests controls tindran lloc en diferents seus, designades a partir de les sol·licituds rebudes.

### 1.PARTICIPACIÓ

Podran participar-hi els/les atletes amb llicència tramitada per la Federació Catalana d'Atletisme per a la temporada 2023, pertanyents a aquestes categories. La participació pot estar restringida a un nombre determinat de participants segons la prova i característiques de la pista.

### 2.INSCRIPCIÓ

Les inscripcions es faran a través del SDP de la Intranet fins a les 11.00 del matí del dilluns anterior a la competició. Dimecres la FCA publicarà els/les atletes inscrits/es, en cas que la participació aconselli fer alguna modificació en l'horari es publicarà. Així mateix s'enviarà al club organitzador la relació de participants i els fitxers del programa informàtic. En el cas que alguna marca no aparegui, es pot posar en el camp "dorsal". Recordar que al fer la inscripció s'haurà d'utilitzar el desplegable corresponent (AL o PC) segons on s'hagi aconseguit la marca que hagi de figurar.

L'organització per tal de cobrir les despeses de personal, pista i jutges, cobrarà a cada atleta inscrit l'import següent :

- 1 prova: 4 €
- 2 proves: 6 €

Per als atletes, amb llicència de la FCA, que figurin entre els 10 primers del Rànking Català Absolut 2022, a l'aire lliure, la inscripció serà gratuïta (sempre que s'inscriguin en la seva prova).

### 3.COMPETICIÓ

Les curses seran controlades amb cronometratge elèctric.

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

#### Col·locació del llistó :

**Alçada masc:** 1.55 – 1.60 – 1.65 – 1.70 – 1.75 – 1.80 – 1.84 – 1.88 – 1.91 – 1.94 – 1.96 – 1.98 +0.02

**Alçada fem:** 1.35 – 1.40 – 1.45 – 1.49 – 1.53 – 1.57 – 1.60 – 1.63 – 1.65 . 1.67 +0.02

**Perxa masc:** 3.05 – 3.25 – 3.45 – 3.65 – 3.80 – 3.90 – 4.00 – 4.10 – 4.20 – 4.25 +0.05

**Perxa fem:** 2.10 – 2.30 – 2.50 – 2.70 – 2.85 – 3.00 – 3.15 – 3.25 – 3.35 – 3.40 +0.05

### 4.NORMES COMPLEMENTÀRIES

A les curses on participin conjuntament les categories Sub 18 i Sub 20 les sèries es faran per marques d'inscripció sense tenir en compte la categoria a la qual pertanyen.

A les proves de llançaments quan participin de forma conjunta els/les atletes de les categories Sub 18 i Sub 20, llançaran amb els artefactes corresponents a la seva categoria, fent-ho en primer lloc els Sub 20.

A les proves de llargada, triple i llançaments, quan participin de forma conjunta, passaran a la millora els/les 6 millors atletes de cada categoria.

Seràn d'aplicació les Normes Generals d'Aire Lliure que figuren en la reglamentació de competicions.

## 5.HORARIS PROVISIONALS

### 27 de maig - 1a jornada - Santa Coloma de Gramanet

09.30	5.000 mll F/M			Javelina S18 - 20 F
10.00	400 mt S20M			Pes S18 M
10.10	400 mt S18M			
10.20	400 mt F			
10.30	800 mll M	Alçada F		
11.00	800 mll F	Llargada M		Javelina S18M
11.30	200 mll M	(anys 2004-05-06)		Pes S20 M
12.00	200 mll F			
12.30	110 mt S20M	Llargada M		
12.45	110 mt S18M	(any 2007)		
13.00	100 mt S20F			Martell S18 - 20F
13.15	100 mt S18F			

### 4 de juny - 2a jornada - Serrahima

09.45	10.000 mm F/M (c/5) - [*]			
09.45	3.000 mll M			
10.00		Perxa M	Disc S18F (z.annexa)	Pes S18M
10.15	3.000 mll F			
11.00				Triple M
11.20	400 mt S20M		Disc S18M (z.annexa)	
11.30	400 mt S18M			Pes S18F
11.45	400 mt F			
12.00	100 mll M			
12.35	100 mll F			
12.45			Triple F	Martell S18-20M (z.annexa)

### 10 de juny - 3a jornada - Serrahima

09.30	5.000 mm F/M - [*]			
10.00		Pes S18F	Disc S20M-F	Javelina S18-20M
10.15	3.000 obs. S20M			
10.30	2.000 obs. S18M			
10.45	3.000 obs. S20F	Perxa F		
11.00	2.000 obs S18F			
11.15	1.500 m.ll. M	Llargada F	Alçada M	
11.30		Pes S20 M-F	Disc S18M	Javelina S18F
11.45	1.500 mll F			
12.15	110 mt S20M			
12.30	110 mt S18M			
12.45	100 mt S20F			
13.00	100 mt S18F		Martell S18F	Martell S18-20M
13.15	400 mll M			
13.30	400 mll F			

[\*] La prova de marxa és de categoria Absoluta.  
Mínima de participació en 10.000 m marxa: 1h00.00