

CAMPIONAT DE CATALUNYA SUB 20-23 INDIVIDUAL I RELLEUS

La Federació Catalana d'Atletisme amb la col.laboració del Club Atlètic Palafrugell organitza el dia **17 de juny del 2023**, a l'Estadi Municipal Josep Pla Arbonès de Palafrugell, el CAMPIONAT DE CATALUNYA SUB 20-23, segons el reglament que figura en la Normativa General de l'aire lliure.

La participació serà la següent:

- 16 atletes en totes les curses, excepte en 800 que seran 12 atletes.
- 12 atletes en concursos.
- 8 equips en relleus

Poden participar en aquest Campionat atletes de la categoria Sub20 i Sub23 que pertanyin a la FCA. No s'accepta la participació d'atletes fora de concurs.

La FCA es reserva el dret de deixar places buides en funció del nivell de les marques inscrites, així com acceptar atletes que la seva participació es consideri d'interès.

Les inscripcions les faran els clubs, a través del SDP, amb la millor marca aire lliure o pista coberta aconseguida des de l'1 de gener fins l'11 de juny de 2023 (**al fer la inscripció per defecte sortirà la marca d'aire lliure, si es vol la de pista coberta s'haurà d'utilitzar el filtre i triar PC**, en cas que no aparegui alguna marca es pot posar al camp "Dorsal").

Per als relleus els clubs interessats hauran d'inscriure els seus equips a través del SDP fent constar la marca de l'equip o les marques de 100 o 400 dels components de l'equip. Les marques poden ser de la temporada actual o l'anterior. Recordem que els/les atletes del relleu han de pertànyer a la seva categoria .

La data límit d'inscripció serà el dilluns anterior al campionat, dimecres la FCA publicarà, al seu web, la relació d'atletes i clubs admesos.

HORARI i ORDRE DE PROVES

17 de juny de 2023 Palafrugell

09.30	5000 m S23 M			
09.50	5000 m S23 F			
10.20	3000 obs S20-23 M	Llargada S20 F		
10.30			Disc S20-23M	Martell S20-23F (annex)
10.35	3000 obs S20-23 F			
10,50	400 m.t. S23 M SF			
11,05	400 m.t. S20 M SF	Perxa S20-23 M		
11,20	400 m.t. S23 F SF	Alçada S20-23 F		
11.30	400 m.t. S20 F SF			
11.40	100 m S23 M sf	Llargada S20 M		
11.55	100 m S20 M sf		Disc S20-23 F	Martell S20-23M (annex)
12.10	100 m S23 F sf			
12.25	100 m S20 F sf			
12.40	400 m S23 M sf			
13.05	400 m S20 M sf			
13.20	400 m S23 F sf	Llargada S23 M		
13.35	400 m S20 F sf			

13,50	1500 m S23 M			
14.00	1500 m S20 M			
14.10	1500 m S23 F			
14.20	1500 m S20 F			
14.30	100 m S23 M final			
14.35	100 m S20 M final			
14.40	100 m S23 F final			
14.45	100 m S20 F final			
17.00	400 mt S23 M final	Llargada S23 F	Javelina S20-23 F	Pes S20-23 M
17.10	400 mt S20 M final	Alçada S20 M		
17.25	400 mt S23 F final			
17.30	400 mt S20 F final			
17.40	200 m S23 M sf			
17.50	200 m S20 M sf			
18.00	200 m S23 F sf			
18.10	200 m S20 F sf			
18.20	400 m S23 M final	Triple S20-23 M		
18.25	400 m S20 M final			
18.30	400 m S23 F final			
18.35	400 m S20 F final	Perxa S20-23 F		
18.40	800 m S23 M			
18.50	800 m S20 M			
19.00	800 m S23 F			
19.10	800 m S20 F	Alçada S23 M	Javelina S20-23 M	Pes S20-23 F
19.20	110 m t S23 M sf			
19.30	110 m t S20 M sf			
19.40	100 m t S23 F sf			
19.50	100 m t S20 F sf			
20.00	200 m S23 M final			
20.05	200 m S20 M final			
20.10	200 m S23 F final			
20.15	200 m S20 F final	Triple S20-23 F		
20.20	3000 m S20 M			
20.35	3000 m S20 F			
20.50	100 m t S23 F final			
20.55	100 m t S20 F final			
21.00	110 m t S23 M final			
21.10	110 m t S20 M final			
21.20	4x100 m S23 M			
21.25	4x100 m S20 M			
21.30	4x100 m S23 F			
21.35	4x100 m S20 F			
21.40	4x400 m S20 M			
21.45	4x400 m S20 F			

Recordem que les proves de 10.000 m marxa d'aquestes categories es faran conjuntament amb el Campionat de Catalunya Sub18 el diumenge 18 de juny.

Horari: 10.00 10.000 m marxa sub23-20-18M – sub23-20F