

CONTROLS ABSOLUTS FCA

La Federació Catalana d'Atletisme organitza 7 controls absoluts els dies **7, 17, 27 de maig, 7, 21, 24 de juny i 12 de juliol del 2023**. Aquests controls tindran lloc en diferents pistes, designades a partir de les sol·licituds rebudes.

1. PARTICIPACIÓ

Podran participar atletes amb llicència de la Federació Catalana d'Atletisme, degudament tramitada per a aquesta temporada, i que figurin entre els/les 50 primers/es del rànquing català absolut o entre els 25 primers/es del rànquing Sub 20 de la temporada actual o anterior.

Així mateix poden participar-hi atletes d'altres Federacions Autònomes sempre que hagin estat autoritzats/des per l'Àrea Tècnica de la FCA.

Els clubs poden sol·licitar a la FCA la participació d'atletes que no hagin aconseguit els criteris de participació exigits i estiguin interessats en competir. La seva participació serà decidida per l'Àrea Tècnica.

2. INSCRIPCIÓ I CONFIRMACIÓ

Les inscripcions es faran a través del SDP de la Intranet.

Per a les competicions de dimecres fins al diumenge anterior a la competició. Dilluns la FCA publicarà la relació de participants.

Per a les competicions dels caps de setmana fins al dilluns anterior a la competició. La FCA publicarà la relació de participants el dimecres.

En cas que la participació aconselli fer alguna modificació en l'horari, es publicarà amb la suficient antelació. Així mateix s'enviarà al club organitzador la relació de participants i els fitxers del programa informàtic. (Recordem que 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").

A les curses per carrers s'ha d'indicar la millor marca de l'atleta per tal d'elaborar les sèries.

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

Per participar en	1 prova	5 €
" " "	2 proves	7 €
" " "	3 proves o més	8 €

En els controls absoluts, pels 10 primers atletes, amb llicència per la FCA, del Ranking Absolut 2022 a l'aire lliure serà gratuït (sempre que s'inscriuin 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.	1.73 – 1.78 – 1.83 – 1.87 – 1.91 – 1.95 – 1.98 – 2.01 – 2.04 – 2.06 – 2.08	+0.02
Alçada fem.	1.45 – 1.49 – 1.53 – 1.57 – 1.61 – 1.65 – 1.68 – 1.71 – 1.74 – 1.76 – 1.78	+0.02
Perxa masc.	3.75 – 3.95 – 4.15 – 4.35 – 4.50 – 4.65 – 4.80 – 4.90 – 5.00 – 5.05	+0.05
Perxa fem.	2.80 – 3.00 – 3.20 – 3.40 – 3.60 – 3.70 – 3.80 – 3.85	+0.05

4. NORMES COMPLEMENTÀRIES

Seràn d'aplicació les normes generals per a l'Aire Lliure que figuren en la reglamentació de competicions i la Normativa de Competicions de la FCA.

5.HORARIS i ORDRE DE PROVES

Dg 7 de maig de 2023 Mollet del Vallès

19,00	400 mll	M	Perxa F	Alçada M	Javelina M	Pes F	Llargada F
19,25	400 mll	F					
19,45	800 mll	M					
20,10	800 mll	F					
20,25	400 mt	M		Javelina F	Pes S20-AbsM		Llargada M
20,40	400 mt	F					
20,55	5000 mll	M	(temps de pas als 3.000)				
21,30	5000 ml.	F	(temps de pas als 3.000)				

Dc 17 de maig de 2023 Estadi Serrahima

18,00	100 mll	M	Perxa M	Alçada F	Martell F	Disc S20-Abs.M	Triple M
18,25	100 mll	F					
18,50	110 mt	S.20M					
19,00	100 mt	F					
19,10	200 mll	M					
19,35	200 mll	F					
19,55	800 mll	M		Martell S20-Abs M	Disc F		Triple F
20,10	800 mll	F					
20,25	400 mt	M					
20,35	400 mt	S.18M					
20,45	400 mt.	F					
21,00	5000 m.ll.	M					
21,45	5000 m.ll.	F					

Ds 27 de maig de 2023 Sta.Coloma de Gramenet

15,30	100 mll	M					
16,00						Llargada M "A" (3 intents + 3 millora)	
16,30	100 mll	F					
17,00			PesM	Javelina F			
17,30	110 mt	M				Llargada M "B" (3 intents)	
17,45	100 mt	F	Perxa F	Alçada M			
18.00	100 mll	F (e)					
18.05	100 mll	M (e)					
18,10	100 m.t.	F (e)					
18.15	110 mt.	M (e)				Llargada F "A" (3 intents + 3 millora)	
18.20	200 mll	F					
19.10	200 m.ll.	M	Pes F	Javelina M			
20.10	1.500 mll	F				Llargada F "B" (3 intents)	
20.25	1.500 mll	M					
21.00	3.000 obs	M					
21.00	3.000 obs	F					

Dc 7 de juny de 2023 Estadi Serrahima

19,00	400 mll	M	Perxa F	Alçada M	Javelina M	Pes F	Llargada F
19,25	400 mll	F					
19,45	800 mll	M					
20,10	800 mll	F					
20,25	400 mt	M		Javelina F	Pes S20-AbsM		Llargada M
20,40	400 mt	F					
20,55	5000 mll	M					
21,30	5000 ml.	F					

Dc 21 de juny de 2023 Estadi Serrahima

18,10	100 mll	M					
18,35	100 mll	F					
19,00	110 mt	M	Perxa F	Alçada M	Javelina F	PesM	Llargada M
19,15	100 mt	F					
19.30	100 mll	F (e)					
19.40	100 mll	M (e)					
20,00	100 m.t.	F (e)					
20.15	110 mt.	M (e)					
20.30	200 mll	F			Javelina M	Pes F	Llargada F
20.50	200 m.ll.	M					
21.10	1.500 mll	F					
21.30	1.500 mll	M					
21.55	3.000 obs	M					
22.10	3.000 obs	F					

Ds 24 de juny de 2023 Estadi Serrahima

18,00	100 mll	M	Perxa M "A"	Alçada F	Martell F	Disc S20-Abs.M	Triple M
18,25	100 mll	F					
18,50	110 mt	S.20M					
19,00	200 mll	M					
19,25	200 mll	F					
19,45	800 mll	M	Perxa M "B"	Martell S20-Abs M	Disc F		
20,10	800 mll	F					
20,25	400 mt	M					
20,40	400 mt	S.18M					
20,50	400 mt.	F					Triple F
21.00	400 mll	F					
21.15	400 mll	M					
21.30	2000 obs	sub18 M					
21,40	5000 m.ll.	M					
22,15	5000 m.ll.	F					

Dc 12 de juliol de 2023 Estadi Serrahima

18,00			Perxa M "A"				
18,30	100 mt	S.18F					
18,40	110 mt	S.18M					
18,50	110 mt	M					
19,00	100 mt	F		Alçada F	Martell M	Disc F	Triple F
19,15	100 mll	F					
19,40	100 mll	M					
20.00			Perxa M "B"				
20.10	100 mll	F (e)					
20.15	100 mll	M (e)					
20,20	1.500 mll	F					
20,35	1.500 mll	M			Martell F	Disc M	Triple M
21.15	400 mll	F					
21.35	400 mll	M					
22,05	3.000 obs.	M					
22,20	3.000 obs.	F					

A la sèrie extra **(e)** participaran 8 atletes. Un cop es facin públics els resultats es farà un rànquing per tal que els/les atletes confirmin la seva participació. Participaran les 8 millors marques dels/ de les atletes confirmats/des. 15 minuts abans de l'hora de sortida de la sèrie extra es publicarà l'ordre de participació i carrers.

A les proves de llançaments només podran participar aquelles categories en les quals el pes dels artefactes coincideixi amb les categories programades. El dia que es programin dues categories, passaran a la millora un mínim de 4 atletes de cada categoria, fins un màxim de 12 atletes. Qualsevol excepció s'haurà de sol·licitar per e-mail a la FCA i s'autoritzarà en funció de la inscripció a la prova.