

COPA CATALANA FEMENINA DE PROMOCIÓ

La FCA organitza el proper dissabte 2 desembre en les pistes de Mataró, la Copa Catalana Femenina de Promoció. amb la següent reglamentació

1. Participació

Es disputaran les següents proves per categories:

Sub10 Femení:	60 m.ll., 1000 m.ll., Llargada, Pes
Sub12 Femení:	60 m.ll., 600 m.ll., Llargada, Pes
Sub14 Femení:	60 m.ll., 600 m.ll., 1000 m.ll., Alçada, Llargada, Pes
Sub16 Femení:	60 m.ll., 600 m.ll., 1000 m.ll., Alçada, Llargada, Triple, Pes

A cada prova de la jornada, participaran les 8 millors marques aconseguides en les Jornades del Campionat de Catalunya de Tardor (en els 60 m.ll. sub14 i sub16 es classificaran les 8 millors marques dels 80 m.ll. i 100 m.ll. respectivament) i les 8 millors marques de les inscripcions rebudes fins la data màxima d'inscripció.

Relleu: 4x60

En aquesta prova de 4x60 cada club podrà inscriure un equip amb una atleta de cada categoria (Sub10, Sub12, Sub14, Sub16)

Categoria Sub10 (En cas de voler participar, el Club haurà d'inscriure a la competició)

Prova	Llic	Atleta	Club	Marca
60 m.ll.	CL5161	VALLRIBERA ROJO, BRUNA	Avinent Manresa	9,62
60 m.ll.	CL9829	MESA RUIZ, PAULA	Club Athletic Mollet	9,68
60 m.ll.	CL7055	TIMONEDA GARCIA, AINA	Unió Colomenca At.	9,75
60 m.ll.	CT1031	AWARITONA DE CASTRO, ADA EFEMENA	UA Terrassa	9,91
60 m.ll.	CL95647	OLIVE PUIGDELLIVOL, PAULINA	Avinent Manresa	9,95
60 m.ll.	CL8216	SANTACRUZ ALACID, CARLA	UA Rubi	9,98
60 m.ll.	CL4591	VIALE FUENTES, LIA	CA Canovelles	9,98
60 m.ll.	CL94100	ELORRIAGA SANCHEZ, HAIZEA	CA Granollers	10,24
1000 m.ll.	CL8216	SANTACRUZ ALACID, CARLA	UA Rubi	4,00,70
1000 m.ll.	CL5028	CINCA COSTA, ELSA	Avinent Manresa	4,04,36
1000 m.ll.	CL13529	RODRIGUEZ ANTO, IRIRS	CA Atletesvng.org	4,07,34
1000 m.ll.	CL95647	OLIVE PUIGDELLIVOL, PAULINA	Avinent Manresa	4,07,39
1000 m.ll.	CL12526	ISTURIZ SERRASOLSAS, MAR	Avinent Manresa	4,08,20
1000 m.ll.	CL11320	BAYON FERNANDEZ, ELIA	CA Cambrils	4,10,69
1000 m.ll.	CT1013	MITJAVILA I DIAZ, GAL.LA	UA Terrassa	4,14,42
1000 m.ll.	CL2603	SIERRA PUIGMARTI, JANA	Avinent Manresa	4,15,16
Llargada	CL3786	VIALE FUENTES, NOA	CA Canovelles	3,36
Llargada	CL95647	OLIVE PUIGDELLIVOL, PAULINA	Avinent Manresa	3,35
Llargada	CL4591	VIALE FUENTES, LIA	CA Canovelles	3,14
Llargada	CL7055	TIMONEDA GARCIA, AINA	Unió Colomenca At.	3,11
Llargada	CL5161	VALLRIBERA ROJO, BRUNA	Avinent Manresa	2,99
Llargada	CL10652	CAPELL QUIROS, ALBA	CE Penedès	2,90
Llargada	CT2244	CALZADA FEDOTOVA, ALEXANDRA	UA Rubi	2,90

Llargada	CL94100	ELORRIAGA SANCHEZ, HAIZEA	CA Granollers	2,80
Pes	CL6744	BOIX SANS, ALBA	CA Sant Just	5,43
Pes	CL12118	LOPEZ RODRIGUEZ, EMMA	Avinent Manresa	5,20
Pes	CL2636	SAÑAS CAPDEVILA, VINYET	CA Vic	5,20
Pes	CL10955	MARTIN FERRER, JULIA	CA Sant Andreu	5,05
Pes	CL8592	PUJOL REMESAL, PAULA	Avinent Manresa	4,51
Pes	CL779	FERNANDEZ PERALTA, DANIELLA	CA Palafolls	4,67
Pes	CL5028	CINCA COSTA, ELSA	Avinent Manresa	4,46
Pes	CL2603	SIERRA PUIGMARTI, JANA	Avinent Manresa	4,08

Categoria Sub12 (En cas de voler participar, el Club haurà d'inscriure a la competició)

Prova	Llic	Atleta	Club	Marca
60 m.ll.	CL1832	PLANAS VIVES, JULIA	Avinent Manresa	8,75
60 m.ll.	CL94308	GUANTER GALLARDO, MARTINA	Ripollet UA	9,19
60 m.ll.	CL6540	BUSQUETS COREA, MIREIA	CA Sant Celoni	9,26
60 m.ll.	CL93408	MONDELO DE LA FUENTE, IVET	UGE Badalona	9,28
60 m.ll.	CL4362	GOMEZ ROJALS, MARTINA	CA Cambrils	9,34
60 m.ll.	CL9686	PICON FERRE, JAZMIN	Barcelona AC	9,34
60 m.ll.	CL3578	MARTINEZ GARCIA, CLAUDIA	UGE Badalona	9,55
60 m.ll.	CL1694	SANZ RODRIGUEZ, BLANCA	CA Sant Just	9,67
600 m.ll.	CL5121	VARGAS MARTIN, PAULA	Avinent Manresa	1,46,99
600 m.ll.	CL91800	PONTI BARRABES, NURIA	Avinent Manresa	1,54,27
600 m.ll.	CL5135	FLORENSA MELÉ, MAIKA	UA Barberà	1,56,35
600 m.ll.	CT1386	BERREZOUK CHERRAD, HAFSA	UA Terrassa	1,59,42
600 m.ll.	CL9831	GUIRADO ALVAREZ, BIANCA	Club Athletic Mollet	1,59,79
600 m.ll.	CL1489	BUYREU ALIAS, ANNA	Pratenc AA	1,59,80
600 m.ll.	CL11372	DEL AMA SUAREZ, MARIA	CA Viladecans	1,59,99
600 m.ll.	CL95018	SANS MURAY, AILA	UGE Badalona	2,00,15
Llargada	CL5121	VARGAS MARTIN, PAULA	Avinent Manresa	4,35
Llargada	CL93408	MONDELO DE LA FUENTE, IVET	UGE Badalona	4,26
Llargada	CL94308	GUANTER GALLARDO, MARTINA	Ripollet UA	4,18
Llargada	CL4362	GOMEZ ROJALS, MARTINA	CA Cambrils	4,04
Llargada	CL49	MARIN PEÑARANDA, LUCIA	CA Sant Just	3,67
Llargada	CL9671	BALSELLS GIL, ABRIL	Barcelona AC	3,57
Llargada	CL91800	PONTI BARRABES, NURIA	Avinent Manresa	3,45
Llargada	CL9193	SAUQUILLO AIVAR, QUERALT	Avinent Manresa	3,45
Pes	CL91191	COSTA BOSCH, CLAUDIA	CA Vic	8,17
Pes	CL5121	VARGAS MARTIN, PAULA	Avinent Manresa	8,00
Pes	CL1832	PLANAS VIVES, JULIA	Avinent Manresa	7,72
Pes	CL3587	BENITEZ BARROSO, IRENE	Unió Colomenca At.	7,65
Pes	CL93932	PARAREDA GAMERO, JULIA	CA Vic	7,17
Pes	CL95539	GARCIA PERRAMON, ELIA	Avinent Manresa	6,36
Pes	CL11372	DEL AMA SUAREZ, MARIA	CA Viladecans	6,34
Pes	CL88802	HERNANDEZ GOMEZ, HADA	UA Terrassa	6,19

Categoria Sub14 (En cas de voler participar, el Club haurà d'inscriure a la competició)

Les marques que figuren a la prova de 60 m.l. són les aconseguides a la prova de 80 m.l. del Campionat de Catalunya de Tardor

60 m.l.	CL7541	FAHIM VILANOVA, SARA	Barcelona AC	11,08
60 m.l.	CL608	MEIJIDE BONET, MARIA	Barcelona AC	11,12
60 m.l.	CL96516	ALFARI CUENCA, EMMA	CN Reus Ploms	11,15
60 m.l.	CL93136	VALERA HUACHACA, NOELIA	UA Rubi	11,16
60 m.l.	CL95780	PEREZ GALVEZ, IRIS	UA Rubi	11,18
60 m.l.	CL92042	GONZALEZ ALCALA, EMMA	Unió Colomenca At.	11,35
60 m.l.	CL90182	PEREZ FERNANDEZ, AZAHARA	Club Athletic Mollet	11,35
60 m.l.	CL2414	RAMIREZ MAZA, AINA	CA Sant Celoni	11,35
600 m.l.	CL2740	ROCA ALQUEZAR, JOANA	AA Catalunya	1,47,20
600 m.l.	CL82156	GARCIA MARTINEZ, CLAUDIA	UGE Badalona	1,49,00
600 m.l.	CL91114	SANCHEZ CAMPIN, LUCIA	Ripollet UA	1,49,07
600 m.l.	CL87944	ROMERO ALSINA, JANA	Avinent Manresa	1,50,56
600 m.l.	CL92770	CARRES CRUZ, AMALIA	AA Catalunya	1,51,70
600 m.l.	CT2351	ROCAFULL HINOJOSA, EDURNE	CA Sant Just	1,54,11
600 m.l.	CT851	MITJAVILA I DIAZ, EMMA	UA Terrassa	1,57,04
600 m.l.	CL1988	SAYAGO LLIN, PAULA	CA Sant Just	1,57,48
1000 m.l.	CL96516	ALFARI CUENCA, EMMA	CN Reus Ploms	3,31,37
1000 m.l.	CT2350	PRATS MUÑIZ, GAVINA	CA Sant Just	3,31,55
1000 m.l.	CL92798	ROMERO ARTIGAS, ESTHER	AA Catalunya	3,37,24
1000 m.l.	CL9884	MANZANO MINGUEZ, PAULA	CA Atletesvng.Org	3,37,78
1000 m.l.	CL12197	TOVAR PLAZA, VIRGINIA	CA Cambrils	3,38,47
1000 m.l.	CT1013	MITJAVILA I DIAZ, GAL.LA	UA Terrassa	3,39,43
1000 m.l.	CL141	RUIZ MORENO, NATALIA V.	Dinami-k CA Vil.	3,42,04
1000 m.l.	CL89586	CORONA RIVERA, ITZEL	CA Nou Barris	3,44,07
Alçada	CL88099	GIACARDI GIOVANDO, ARIANNA	CA Gavà	1,50
Alçada	CL95549	PUIG ROMERA, CARLOTA	Martorell AC	1,45
Alçada	CL4369	BARRIOLA PÉREZ, NORA	CA Cambrils	1,40
Alçada	CL4751	DALMASES CANUDAS, ESTEL	Avinent Manresa	1,40
Alçada	CL2976	LOPEZ MORENTE, CLOE	CA Sant Boi	1,40
Alçada	CL3490	FILLOL GARCIA, MARTINA	CA Sant Just	1,35
Alçada	CL93852	JAFFRE MARTINEZ, LAIA	CG Tarragona	1,35
Alçada	CL5371	CONDE ROCA, CLAUDIA	AA Catalunya	1,30
Llargada	CL96516	ALFARI CUENCA, EMMA	CN Reus Ploms	11,15
Llargada	CT984	CHABOYE GALLEGO, MARTINA	Dinami-k CA Vil.	5,08
Llargada	CL96436	GUINOVRT SANCHEZ, GRETA	Dinami-k CA Vil.	4,72
Llargada	CL95876	MORERA ARGILES, LAIA	UA Terrassa	4,72
Llargada	CL92770	CARRES CRUZ, AMALIA	AA Catalunya	4,59
Llargada	CL94204	ZAPATA SAN ANDRES, AROA	Club Athletic Mollet	4,59
Llargada	CL4132	MANUBENS CAYUELA, JANA	Avinent Manresa	4,55
Llargada	CT2351	ROCAFULL HINOJOSA, EDURNE	CA Sant Just	4,54
Pes	CL9191	RECUENCO BOIX, ANNA	Avinent Manresa	9,73
Pes	CL3605	KA CURTO, QUERALT	Dinami-k CA Vil.	9,63
Pes	CL95094	VALENCIA ENRIQUEZ, MARINA	Unió Colomenca At.	9,46
Pes	CL92034	DIAZ RODRIGUEZ, AINA	Unió Colomenca At.	9,29
Pes	CL4328	AYMERICH MATEO, ALEDIS	UGE Badalona	8,66
Pes	CL9813	RUBIES COLL, ARES	UA Terrassa	8,60

Pes	CT2344	SAÑAS CAPDEVILA, QUERALT	CA Vic	8,00
Pes	CL4369	BARRIOLA PÉREZ, NORA	CA Cambrils	7,83

Categoria Sub16 (En cas de voler participar, el Club haurà d'inscriure a la competició)

Les marques que figuren a la prova de 60 m.ll. són les aconseguides a la prova de 100 m.ll. del Campionat de Catalunya de Tardor

60 m.ll.	CT 1491	ROVIRA OBIOLS, CARLA	Avinent Manresa	13,50
60 m.ll.	CL92370	MARTI MONTES, ARIADNA	FC Barcelona	13,69
60 m.ll.	CL 3121	SOSA REINOSO, ALOMA	CA Parets	13,90
60 m.ll.	CT 1555	YUS BRAVO, IRENE	Barcelona AC	14,04
60 m.ll.	CT 1662	ARANDA BOU, QUERALT	CA Vic	14,15
60 m.ll.	CL 9580	GEORGIEVA , BIANKA	CG Tarragona	14,23
60 m.ll.	CT 1691	GALLEGO VICENT, NEUS	UGE Badalona	14,26
60 m.ll.	CL7869	PRIM FORTUNY, ANNA	CG Tarragona	14,28
600 m.ll.	CL76499	CRESPO UTRERA, ANNE	UA Terrassa	14,5,92
600 m.ll.	CL88103	KESTELOOT BOUQUET, MILA	CA Gavà	14,7,11
600 m.ll.	CL90487	HERNANDEZ USINDO, SELMA	CA Igualada	14,8,25
600 m.ll.	CL88337	NAVARRO SERRA, ARIADNA	CA Parets	14,9,32
600 m.ll.	CT 36	SANTANERA MORCILLO, LAURA	CA Vic	15,0,27
600 m.ll.	CT 2163	BOTELLA RODRIGUEZ, JUDIT	UA Barberà	15,0,99
600 m.ll.	CL87099	DORADO MORENO, ZOE	CA Cambrils	15,7,17
600 m.ll.	CL 92121	MERCADO SANCHEZ, CLAUDIA	CA Parets	15,9,98
1000 m.ll.	CL87099	DORADO MORENO, ZOE	CA Cambrils	3,24,11
1000 m.ll.	CL88337	NAVARRO SERRA, ARIADNA	CA Parets	3,22,19
1000 m.ll.	CL92211	FERRER DURAN, SONIA	CA Figueres	3,25,39
1000 m.ll.	CL93798	GASCON CARO, JIMENA	CA Nou Barris	4,23,72
1000 m.ll.	CL 4862	NOYA ROYO, ENIA	CA Atletesvng.Org	3,32,95
1000 m.ll.	CT 1212	PALACIOS RUIZ, LEIRE	CN Reus Ploms	3,47,22
1000 m.ll.	CL 7539	SAUERTEIG HOHNER, SOPHIE	Barcelona AC	3,57,70
1000 m.ll.	CL13206	JATTA, JAINABA	Barcelona AC	4,13,94
Alçada	CL 2736	ROFES PORTA, MARTINA	CG Tarragona	1,53
Alçada	CT 2206	FERRE TORT, AINA	CA Cambrils	1,40
Alçada	CL 3752	CERVELLÓ ALABART, ODETTE	CA Ascó	1,40
Alçada	CL90743	BENCIVENNI LACAL, IVET	CA Parets	1,35
Alçada	CL 9202	SHALAEVA , MAYYA	Barcelona AC	1,35
Alçada	CL 3121	SOSA REINOSO, ALOMA	CA Parets	1,30
Alçada	CL 8236	MIRO SANCHO, ISABEL	CG Tarragona	1,30
Alçada	CL 7810	RAMIRO MOYANO, MARTA	CA Olesa	1,30
Llargada	CT 1491	ROVIRA OBIOLS, CARLA	Avinent Manresa	5,03
Llargada	CT 675	CURTO GARCIA, ADRIANA	Dinami-k CA Vil.	4,91
Llargada	CT 2206	FERRE TORT, AINA	CA Cambrils	4,85
Llargada	CL 551	SANZ LOS HUERTOS, DANIELA	CA Granollers	4,79
Llargada	CL 7785	GARCIA SANCHEZ, LAIA	CE Penedès	4,77
Llargada	CL 3121	SOSA REINOSO, ALOMA	CA Parets	4,70
Llargada	CT 2415	ARENAS ROMAN, MARIONA	L'Hospitalet At.	4,62
Llargada	CL 4279	COLINAS SALGADO, CARLA	CA Nou Barris	4,57

Triple	CT 1491	ROVIRA OBIOLS, CARLA	Avinent Manresa	10,88
Triple	CT 1662	ARANDA BOU, QUERALT	CA Vic	10,51
Triple	CT 2206	FERRE TORT, AINA	CA Cambrils	10,17
Triple	CL 78016	FERNANDEZ LEON, CARLA	CA Parets	10,17
Triple	CL 92124	MARTINEZ GARCIA, VEGA	CA Parets	9,98
Triple	CL88103	KESTELOOT BOUQUET, MILA	CA Gavà	9,55
Triple	CL 4321	HERNANDEZ MUNNE, LAIA	Martorell AC	9,50
Triple	CT 60	HERNANDEZ PUJOL, AFRICA	CA Vic	9,47
Pes	CT 2415	ARENAS ROMAN, MARIONA	L'Hospitalet At.	10,91
Pes	CL88326	ALCAIDE RAMIREZ, NOA	CA Parets	10,36
Pes	CL78023	VEGANZONES VALERO, ANNA	CA Parets	9,95
Pes	CT 1655	RODRIGUEZ MARTINEZ, CARLA	FACVAC Valls	9,85
Pes	CT 36	SANTANERA MORCILLO, LAURA	CA Vic	9,72
Pes	CT 781	BLUM ERCORECA, IRATI	CA Vic	9,54
Pes	CL 2518	OROZCO PEDROSA, AINHOA	CA Sant Andreu	9,16

2. Inscripcions

Cada atleta només podrà ser inscrita en un màxim de 2 proves individuals. En el cas d'estar classificada en 600 i 1000 metres llisos, únicament podrà participar en una d'aquestes.

Les marques d'inscripció s'hauran d'haver aconseguit durant la temporada 2023 ó 2024, en pista coberta o aire lliure (al fer la inscripció s'haurà d'utilitzar el desplegable corresponent per a PC o A.LL).

La participació serà gratuïta.

Les inscripcions es faran a través de la SDP fins el **diumenge** anterior a la competició. Dilluns, la FCA publicarà les atletes inscrites, en cas que la participació aconselli fer

alguna petita modificació en l'horari es publicarà. **NO S'ACCEPTARÀ CAP INSCRIPCIÓ FORA DE TERMINI.**

Un delegat del club haurà de retirar els dorsals fins 60 minuts abans de la primera prova a realitzar per algun de les seves atletes inscrites. No es lliuraran dorsals de forma individual.

3. Competició

a) Totes les curses es controlaran amb cronometratge elèctric.

b) Les curses es faran per sèries segons el nombre de participants i la seva marca.

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

d) Cadència llistó salt d'alçada Sub14 i Sub16

1.25-1.35-1.40-1.45-1.48 l de 3 en 3 cm.

e) Distància taula batuda

Sub10: 1 m.

Sub12: 2 m.

Sub14 i Sub16: 3 m.

Triple Salt Sub16: 7 i 9 m.

4. Normes complementàries

Aquests controls es regiran segons el Reglament que figura en la Normativa General d'Aire Lliure

5. Horari

2 de desembre 2023

11.00	600 m.ll. sub12 F	Llargada sub16 F	Llargada sub14 F	Pes sub16 F	Alçada sub14 F
11.10	600 m.ll. sub14 F				
11.20	600 m.ll. sub16 F				
11.35	60 m.ll. sub10 F				
11.45	60 m.ll. sub12 F	Triple sub16 F	Llargada sub12 F	Pes sub10 F	
11.55	60 m.ll. sub14 F				Alçada sub16 F
12.05	60 m.ll. sub16 F				
12.20	1000 m.ll. sub10 F			Pes sub14 F	
12.30	1000 m.ll. sub14 F	Pes sub12 F	Llargada sub10 F		
12.40	1000 m.ll. sub16 F				
12.55	4x60 F(sub10-12-14-16)				

Es farà una puntuació per clubs on es valorarà 8 punts a la primera classificada de cada prova, 7 a la segona i successivament fins 1 punt a la vuitena marca. Tindran trofeu els 5 clubs amb més puntuació així com medalles les tres primeres classificades de cada prova