

CAMPIONAT GIRONÍ DE PROVES COMBINADES

La Delegació d'Atletisme de Girona i el C. A. Palafrugell, sota el control tècnic del Col·legi Català de Jutges d'Atletisme, organitzen el campionat territorial de proves combinades per els propers 11 i 12 de maig de 2024 a l'Estadi Municipal Josep Pla Arbonès de Palafrugell segons el present

REGLAMENT

Art. 1.- Participació - Podran participar-hi tots els atletes sub16 i més grans que ho desitgin que tinguin la llicència federativa actualitzada per la temporada en curs.

Art. 2.- Inscripcions - Les inscripcions podran fer-se per INTRANET fins al dimarts 7 de maig. A partir del dimecres 8 de maig es publicaran les llistes d'atletes admesos i l'horari definitiu. El preu d'inscripció és de 12 €. El pagament s'efectuarà a través de cada club per transferència bancària fins el dijous 9 de maig al compte ES24 0081 1935 4700 0102 4303. Al moment d'efectuar el pagament caldrà enviar el comprovant a capalafrugell@gmail.com.

Art. 3.- Premis - Medalla als tres primers/es classificats/des de cada categoria (atletes amb llicència de la FCA residents a les comarques de Girona o amb llicència per un club gironí).

Art. 4.- Normes Complementàries - Tot allò no previst en el Reglament serà resolt segons la normativa de Competicions de la FCA.

Art. 5- Normes tècniques

Les normatives sobre pesos d'artefactes i alçades i col·locacions de les tanques les trobareu a la web de la FCA, en l'apartat de normatives.

Salt d'alçada

S'utilitzaran dues zones, la primera començarà a l'alçada mínima especificada i a la segona a 1,45 en els nois i a 1,30 en les noies. Les cadències seran les següents

- Masculí: 1,21-1,30-1,39-1,45-1,51-1,57-1,60 i de 3 en 3 cm
- Femení: 1,09-1,18-1,24-1,30-1,36-1,42 i de 3 en 3 cm

Salt amb perxa

Es farà un primer concurs pels cadets i un segon per juvenils, júnior i absoluts. Les cadències seran les següents: 1,80-2,10-2,40-2,60-2,80-3,00-3,10 i de 10 en 10 cm

CAMPIONAT GIRONÍ DE PROVES COMBINADES

Horari i ordre de proves provisional

Palafrugell, dissabte 11 de maig de 2024

	HEPTATLÓ	HEPTATLÓ	HEXATLÓ	DECATLÓ	DECATLÓ	DECATLÓ	OCTATLÓ
	ABSOLUT F	SUB18 F	SUB16 F	ABSOLUT M	SUB20 M	SUB18 M	SUB16 M
9.00	100mt (0,84)						
9.10		100mt (0,76)					
9.20			100mt (0,76)				
9.35							100m
9.40				100m	100m		
9.50						100m	
10.00	alçada	alçada	alçada				
10.15				llargada	llargada		pes (4)
10.50						llargada	
11.15				pes (7,26)	pes (6)		alçada
11.45						pes (5)	
12.30	pes (4)	pes (3)		alçada	alçada	alçada	
13.00			pes (3)				
13.15	200 m	200 m					
13.30							disc (1)
14.00				400m	400m	400 m	

Palafrugell, diumenge 12 de maig de 2024

	HEPTATLÓ	HEPTATLO	HEXATLÓ	DECATLÓ	DECATLÓ	DECATLÓ	OCTATLÓ
	ABSOLUT F	SUB18 F	SUB16 F	ABSOLUT M	SUB20 M	SUB18 M	SUB16 M
9.00						.	100mt(0,914)
9.10						110mt(0,914)	
9.20				110mt(1,067)	110mt (1,00)		
9.30			llargada				perxa
10.00				disc (2)	disc (1,75)	disc (1,5)	
10.15	llargada	llargada					
10.30			javelina(500)				
11.00				perxa	perxa	perxa	
11.15	javelina(600)	javelina(500)					
11.30			600 m				
12.00							javelina (600)
12.15	800 m	800 m					
12.30				javelina (800)	javelina(800)	javelina (700)	
13.00							1000 m
13.30				1500m	1500m	1500m	

- Al moment de recollir el dorsal indiqueu si us plau les alçades de començament a alçada i perxa