

## CONTROLS ABSOLUTS, SUB 20, SUB 18 EN PISTA COBERTA 2023-2024

### CLÀUSULA DE GÈNERE

La Federació Catalana d'Atletisme garanteix la igualtat efectiva de dones i homes com a un dels principis bàsics d'actuació.

Amb aquesta finalitat, les mencions genèriques en masculí en l'articulat dels seus reglaments publicats s'entendran referides també al seu corresponent femení, llevat dels supòsits en què específicament es faci constar que no és així.

### **PARTICIPACIÓ**

**Aquests controls van destinats a atletes de les categories sènior, sub 23, sub20, sub 18 i màster.** La participació d'atletes de categories inferiors haurà de ser sol·licitada al Comitè Tècnic de la FCA, que estudiarà la seva possible participació.

### **COMPETICIÓ**

a) Col·locació del llistó:

#### **CATEGORIA ABSOLUTA**

**Alçada M:** 1.76 – 1.81 – 1.86 – 1.90 – 1.94 – 1.97 – 2.00 – 2.03 – 2.05 – 2.07 +0.02

**Alçada F:** 1.45 – 1.50 – 1.55 – 1.59 – 1.62 – 1.65 – 1.68 – 1.71 – 1.73 +0.02

**Perxa M:** 3.95 – 4.15 – 4.35 – 4.50 – 4.65 – 4.80 – 4.90 – 5.00 – 5.05 – 5.10 +0.05

**Perxa F:** 3.00 – 3.20 – 3.40 – 3.50 – 3.60 – 3.70 – 3.80 – 3.85 – 3.90 +0.05

#### **CATEGORIES SUB18 , SUB20 i MÀSTER**

**Alçada M:** 1.55 - 1.60 - 1.65 – 1.70 – 1.75 – 1.79 – 1.83 – 1.87 – 1.90 – 1.93 – 1.96 – 1.98 +0.02

**Alçada F:** 1.33 - 1.38 – 1.43 – 1.47 – 1.51 – 1.54 - 1.57 – 1.60 – 1.62 +0.02

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

**Perxa F:** 2.10 - 2.30 – 2.50 – 2.70 – 2.85 – 3.00 – 3.10 – 3.20 – 3.30 – 3.35 +0.05

Les cadències definitives es decidiran segons les inscripcions.

b) Totes les curses es controlaran amb cronometratge elèctric.

c) Les curses es faran per sèries segons el nombre de participants i la seva marca. A les proves de velocitat, els atletes de categoria màster podran sortir dempeus.

d) El dorsal s'haurà de col·locar de forma visible a la part davantera de la samarreta.

e) A la prova de salt amb perxa quan la inscripció superi els 12 participants es faran 2 grups.

f) A les proves de salt de llargada i triple salt la participació restarà limitada, com a màxim, a les 20 millors marques. Si les inscripcions superen el nombre previst de participació, i sempre que sigui possible, s'habilitarà un segon fossat, on competiran els atletes amb pitjors registres. Els atletes del segon fossat només disposaran de 3 intents. Quan el control sigui 'Absolut, Sub18-20', pel que fa a aquestes proves s'entendrà que es un doble control, habilitant-se un fossat per a la categoria absoluta i un altre fossat per a les categories Sub18-20, on competiran les 20 millors marques absolutes (grup A) i les 20 millors marques Sub18-20 (grup B). Si un atleta Sub18-20 té un registre entre els 20 millors absoluts, competirà en el fossat A. En els 2 fossats del control 'Absolut, Sub18-20' hi haurà salts de millora.

g) A la prova de pes M dels controls únicament absoluts, s'accepta la participació d'atletes sub 20, amb el pes de 6 kg. Per poder participar hauran d'enviar una sol·licitud per escrit fins dilluns anterior a la competició, indicant la seva millor marca de la present temporada o anterior. A criteri del responsable de llançaments del Comitè Tècnic de la FCA, podran participar fins a un màxim de 4 atletes sub 20. Passaran a la millora les 8 millors marques de la classificació conjunta (Absoluta-sub 20).

h) Horari de presentació a la Cambra de Requeriments . Accés a pista

La Cambra de Requeriments està situada al pis inferior de la pista al costat de la recta d'escalfament. Per poder accedir a la pista és obligatori el pas dels atletes per la Cambra de Requeriments, dintre dels següents horaris :

Curses            15 minuts abans de la prova

Concursos        30 minuts abans de la prova (a excepció de salt amb perxa que aniran directament a la prova)

Els atletes que no passin per la Cambra de Requeriments dintre de l'horari establert no podran competir.

### INSCRIPCIÓ

Es podrà inscriure un màxim de 3 proves. Les inscripcions es faran a través del SDP. La data límit serà el dilluns anterior a la competició. La FCA publicarà al seu web, dimarts, la relació d'admesos.

En aquelles proves en què hi hagi un gran nombre d'inscripcions que pugui afectar el normal desenvolupament de la competició, el Comitè Tècnic de la FCA podrà restringir la participació en funció de les marques rebudes. Algunes proves també tindran una normativa específica que determinarà aspectes concrets del seu desenvolupament, com es pot comprovar en els punts e), f), g) d'aquest reglament.

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).

Els dorsals es lliuraran a la secretaria de la pista, fins a 60 minuts abans del començament de la prova.

L'organització, per tal de cobrir les despeses de personal, pista i jutges, cobrarà:

- Atletes amb llicència per la Federació Catalana **4€** per cada prova que realitzi l'atleta.
- Atletes amb llicència per una altra Federació **10€** per cada prova que realitzi l'atleta.

**NO S'ACCEPTARÀ CAP INSCRIPCIÓ NI BAIXA FORA DE TERMINI.**

**Els imports de les inscripcions seran facturats i domiciliats al compte bancari de cada club durant la mateixa setmana de la competició.**

**Els atletes de Clubs de la resta d'Espanya i els independents hauran de realitzar el pagament a través de transferència bancària fins el dimecres anterior a la competició al compte de BBVA: ES96 0182 4618 1502 0007 8901. En el moment d'efectuar el pagament caldrà enviar el comprovant a [fca@fcatalisme.cat](mailto:fca@fcatalisme.cat)**

En els controls absoluts, la inscripció serà gratuïta pels atletes amb llicència de la FCA que figurin entre els 10 primers del Rànking Català Absolut 2023 a l'aire lliure (sempre que s'inscriguin en la prova en la que es troben en aquesta situació).

**Tots els horaris son provisionals. Una vegada es publiquin les inscripcions també es publicarà l'horari modificat en funció de la participació.**

**NORMES COMPLEMENTÀRIES**

Seràn d'aplicació les normes generals per a Pista Coberta que figuren en la Reglamentació de Competicions

**PISTA, DATES, HORARI i ORDRE DE PROVES**

**2 de desembre de 2023 – Sabadell (categories corresponents a la temporada 2024)**

**CONTROL SUB 20 I SUB 18**

16.30	60 mt S.18M	Llargada S.18F (2 fossars)		Pes S.20M
16.40	60 mt S.20M		Perxa S.18-20M	
16.50	60 mt S.18F			
17.05	60 mt S.20F			
17.10	60 mll S.18-20M			
17.30				Pes S.18M
17.40	60 mll S.18-20F			
17.45		Triple S.18-20M		
18.20	400 mll S.18-20M		Alçada S.18-20F	
18.45		Llargada S.20F		
18.50	400 mll S.18-20F			
19.20	1500 mll S.18-20M			
19.35	1500 mll S.18-20F			

**3 de desembre de 2023 – Sabadell (categories corresponents a la temporada 2024)**

**CONTROL ABSOLUT**

16.00	60 mt M			
16.10	60 mt F			
16.30	60 mll F	Triple F	Perxa F	Pes F-S18F
16.45	60 mll M			
17.20	60 mt F (e)			
17.30	60 mt M (e)			
17.40	60 mll F (e)			
17.45	60 mll M (e)			
17.55	800 mll F			
18.05	800 mll M		Alçada M	
18.25	200 mll F	Triple M		
18.45	300 mll F			
18.55	200 mll M			
19.20	300 mll M			
19.45	3.000 mll M			
20.00	3.000 mll F			

**9 de desembre de 2023 - Sabadell (categories corresponents a la temporada 2024)**

**CONTROL SUB 20 I SUB 18**

16.00	60 mt S.18M	Llargada S.18M	Llargada S.20M
16.10	60 mt S.20M		
16.20	60 mt S.18F		
16.35	60 mt S.20F	Perxa S.18-20F	
16.45	60mll S.18-20M		
17.20	60mll S.18-20F		
17.30		Triple S.20F	
17.50	200 mll S.18-20M		
18.40	200 mll S.18-20F		
19.05		Alçada S.18-20M	Pes S.18F-S.20F
19.30		Triple S.18F	
19.40	800 mll S.18-20F		
19.55	800 mll S.18.20M		
20.25	3000 mll S.18-20M		
20.40	3000 mll S.18-20F		

**10 de desembre de 2023 - Sabadell (categories corresponents a la temporada 2024)**

**CONTROL ABSOLUT**

16.30	60 mt F	Llargada M	
16.40	60 mt M		
17.00	60 mll F	Perxa M	
17.15	60 mll M		Pes M – S.20M
17.50	60 mt M (e)		
18.00	60 mt F (e)		
18.05	60 mll F (e)		
18.10	60 mll M (e)		
18.30	400 mll F	Llargada F (2 fossars)	Alçada F
18.45	500 mll F		
18.50	400 mll M		
19.25	500 mll M		
19.35	1.500 mll M		
19.55	1.500 mll F		

**16 de desembre de 2023 – Sabadell (categories corresponents a la temporada 2024)**

**CONTROL SUB 20 I SUB 18**

16.00			Pes S.18M
16.15		Llargada S.18F (2 fossars)	
16.30	60 mt S.18M		
16.40	60 mt S.20M		Perxa S.18-20M
16.50	60 mt S.18F		
17.00	60 mt S.20F		
17.10	60 mll S.18-20M		
17.30	60 mll S.18-20F	Triple S 18-20M	
17.45			
18.00	400 mll S.18-20M		Alçada S.18-20F
18.25	400 mll S.18-20F		
18.45		Llargada S.20F	Pes S.20M
18.50	1500 mll S.18-20M		
19.15	1500 mll S.18-20F		

**17 de desembre de 2023 - Sabadell (categories corresponents a la temporada 2024)**

**CONTROL ABSOLUT**

16.00	60 mt M		
16.10	60 mt F		
16.25	60 mll F		
16.30		Triple M	Pes F-S18F
16.50	60 mll M		
17.20			Perxa F (Grup A)
17.40	800 mll F		
17.50			Alçada M
18.00	800 mll M		
18.10		Triple F	
18.30	200 mll F		
19.10	300 mll F		
19.30			Perxa F (Grup B)
19.35	200 mll M		
20.35	300 mll M		
21.00	3.000 mll M		
21.25	3.000 mll F		

**23 de desembre de 2023 - Sabadell (categories corresponents a la temporada 2024)**

**CONTROL ABSOLUT, SUB 20 I SUB 18**

15.00	60 mt sub 18 F		
15.15	60 mt sub 20 i abs F		
15.30	60 mt sub 18 M		
15.40	60 mt sub 20 M		
15.50	60 mt abs M		
16.00	60 mll F	Llargada F (Grup A i B)	
16.40			Perxa M (Grup 1)
17.00	60 mll M		
17.15			
17.40			Pes M – S20M
18.00	400 mll F	Llargada M (Grup A i B)	
18.20			
18.30			Perxa M (Grup 2)
18.50	500 mll F		
19.05	400 mll M		
19.30			
20.05	500 mll M	Alçada F	
20.15	1.500 mll M		
21.10	1.500 mll F		
21.30	3.000 mll M (per invitació)		

**Llargada M i F Grup A – 20 millors marques absolutes**

**Llargada M i F Grup B – 20 millors marques sub 18-20**

**12 de gener de 2024 - Sabadell**

**CONTROL ABSOLUT**

15.45	60 mt F	Triple F		
16.00	60 mt M			
16.10	60 mll F			
16.25	60 mll M			
16.50	60 mt M (e)			
17.00	60 mt F (e)		Perxa F	Pes F- S.18F
17.05	60 mll F (e)			
17.10	60 mll M(e)			
17.20	800 mll F	Triple M		
17.35	800 mll M		Alçada M	
18.10	200 mll F			
18.40	200 mll M			
19.25	3000mll M			
20.00	3000 mll F			

**13 de gener de 2024 - Sabadell**

**CONTROL SUB 20 I SUB 18**

16.00	60 mt S.18M	Triple S.20F/S18F (Grup A)	Alçada S.18-20M
16.10	60 mt S.20M		
16.20	60 mt S.18F		
16.35	60 mt S.20F	Perxa S.18-20F (Grup A)	
16.45	60mll S.18-20M		
17.20	60mll S.18-20F		
17.30		Llargada S. 18M	
17.55	200 mll S.18-20M		
18.30		Perxa S.18-20F (Grup B)	
18.45	200 mll S.18-20F		Pes S18F-S20F
19.30		Triple S.20/S.18F (Grup B)	Llargada S.20M
19.45	800 mll S.18-20F		
20.05	800 mll S.18.20M		
20.30	3000 mll S.18-20M		
20.45	3000 mll S.18-20F		



**14 de gener de 2024 - Sabadell**

**CONTROL ABSOLUT**

16.30	60 mt F	Llargada M	Pes M – S20M
16.40	60 mt M		
16.50	60 mll F		
17.05	60 mll M		
17.15		Perxa M (Grup A)	
17.30	60 mt M (e)		
17.40	60 mt F (e)		
17.45	60 mll F (e)		
17.50	60 mll M (e)		
18.10	400 mll F	Llargada F (límit 20)	
18.30		Alçada F	
18.40	400 mll M		
18.45		Perxa M (Grup B)	
19.35	1.500 mll M		
19.55	1.500 mll F		

**19 de gener de 2024 - Sabadell**

**CONTROL ABSOLUT, SUB 20 I SUB 18**

15.30	60 mt sub 18 F	Triple M	
15.40	60 mt sub 20 i abs F		
15.50	60 mt sub 18 M		
16.00	60 mt sub 20 M		
16.10	60 mt ABS M		
16.20	60 mll F		
16.30	60 mll M		
17.00	60 mt sub 18 M (e)	Triple F (grup A)	Perxa F Pes F- S18F
17.05	60 mt sub 20 M (e)		
17.10	60 mt Abs M (e)		
17.15	60 mt sub 18 F (e)		
17.20	60 mt sub 20 i abs F (e)		
17.25	60 mll F (e)		
17.30	60 mll M (e)		
17.35	800 mll F		
17.55	800 mll M		
18.00		Alçada M	
18.30	200 mll F	Triple F (grup B)	
19.30	200 mll M		
20.35	3000mll M		
21.20	3000 mll F		

**2 de febrer de 2024 - Sabadell**

**CONTROL ABSOLUT, SUB 20 I SUB 18**

16.30	60 mt sub 18 F	Llargada F (Grups A-B)	
16.45	60 mt sub 20 i abs F	Perxa M	
16.55	60 mt sub 18 M		Pes M – S20M
17.05	60 mt sub 20 M		
17.10	60 mt ABS M		
17.20	60 mll F		
17.55	60 mll M		
18.30	60 mt sub 18 M (e)		
18.35	60 mt sub 20 M (e)		
18.40	60 mt abs M (e)		
18.45	60 mt sub 18 F (e)		
18.50	60 mt sub 20 i abs F (e)		
18.55	60 mll F (e)		
19.00	60 mll M (e)	Llargada M (Grups A-B)	Alçada F
19.10	400 mll F		
19.55	400 mll M		
20.45	1.500 mll M		
21.20	1.500 mll F		
21.40	3.000 mll M (per invitació)		
22.05	3.000 mll F (per invitació)		

**16 de febrer de 2024– Sabadell**

**CONTROL SUB 20 I SUB 18**

16.30	60 mt S.18 M	Llargada S.18-20M	Llargada S.18-20F	Perxa S.18-20M
16.40	60 mt S.20 M			
16.50	60 mt S.18 F			
17.00	60 mt S.20 F		Pes S18F-S20F	
17.10	60m.II. S.18-20 M			
17.30	60m.II. S.18-20 F			
17.50	400 m.II. S.18-20 M	Triple S.18-20M	Alçada S.18-20M	
18.10	400 m.II. S.18-20 F			
18.30	200m.II. S 18-20 M			Perxa S.18-20F
19.00	200m.II. S 18-20 F			
19.20	800 m.II. S.18-20 M			
19.30		Triple S.18-20F		Pes S18M-S20M
19.35	800 m.II. S.18.20 F		Alçada S.18-20F	
19.50	1500m.II. S.18-20 M			
20.05	1500m.II. S.18-20 F			
20.15	3000 m.II. S.18-20 M			
20.30	3000 m.II. S.18-20 F			

En el control del 16 de febrer, en concursos es limitarà la participació a 12 atletes i es prioritzarà la participació d'atletes sub 20, per la qual cosa s'acceptaran 8 atletes sub 20 i 4 sub 18. Si la inscripció sub 20 fos inferior a 8 atletes, s'ampliarà el cupo d'atletes sub 18.

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