

## CONTROLS A L'AIRE LLIURE

### CATEGORIES DE PROMOCIÓ

### TEMPORADA 2025

En aquests controls podran participar tots/totes els/les atletes de les categories Sub8, Sub10, Sub12, Sub14 i Sub16 que tinguin degudament tramitada la seva llicència federada.

La competició es farà en les jornades de matí i tarda que a continuació es relacionen

|            |                                                                                                                                 |
|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 12/04/2025 | 1r control sub8, sub10, sub12 (matí)                                                                                            |
| 12/04/2025 | 1r control sub14 (tarda)                                                                                                        |
| 03/05/2025 | 2n control sub8, sub10, sub12 i sub14 (matí i tarda)                                                                            |
| 04/05/2025 | 2n control sub16 (tarda)                                                                                                        |
| 10/05/2025 | 3r control sub8, sub10, sub12 i sub16 (matí i tarda)                                                                            |
| 11/05/2025 | 3r control sub14 (matí)                                                                                                         |
| 17/05/2025 | 4rt control sub8, sub10, sub12 i sub14 (matí i tarda).<br>(conjuntament amb Camp. Catalunya de Proves Combinades sub12 i sub14) |
| 18/05/2025 | 4rt control sub16 (matí)                                                                                                        |
| 01/06/2025 | 5è control sub14 i sub16 (matí i tarda)                                                                                         |
| 07/06/2025 | 6è. Control sub14 i sub16 (tarda)<br>(conjuntament amb Jornada Prèvia Campionat Catalunya sub10 i sub12)                        |
| 08/06/2025 | Festa de cloenda categoria sub8                                                                                                 |
| 14/06/2025 | 7è. Control sub16 (tarda)<br>(conjuntament amb la Jornada Final Campionat Catalunya sub10 i sub12)                              |

Les categories que comprenen aquests controls, són:

Sub16: atletes nascuts/des els anys 2010 i 2011  
Sub14: atletes nascuts/des els anys 2012 i 2013  
Sub12: atletes nascuts/des els anys 2014 i 2015  
Sub10: atletes nascuts/des els anys 2016 i 2017  
Sub8: atletes nascuts/des els anys 2018 i 2019

La Comissió de Promoció de la FCA amb l'objectiu de facilitar les inscripcions i agilitzar i donar el millor resultat possible en relació a la competició, ha concretat les següents mesures:

- Les inscripcions a aquestes jornades es realitzaran a la plataforma CALLROOM fins el dilluns anterior a la competició. Dimecres, la FCA enviarà al club organitzador les llistes de

participació, així com els fitxers del programa informàtic. Així mateix, en cas que el nombre d'inscrits/es en alguna prova, aconselli una petita modificació horària, es farà públic el mateix dimecres, en la web de la Federació.

Els/Les atletes podran inscriure's i realitzar un màxim de 2 proves per jornada.

- En cas que el sistema no us retorni la marca correcta d'inscripció, heu de fer-la constar en el camp "OBSERVACIONES" incloent marca, lloc i data d'assoliment de la mateixa. Sense aquestes dades, no podrà ser considerada cap anotació en aquest camp.
- L'organització (club organitzador), per tal de cobrir les despeses de personal, pista i jutges, cobrarà a cada atleta inscrit/a:

|                                |                   |
|--------------------------------|-------------------|
| Categories sub8, sub10 i sub12 | 3 euros per prova |
| Categories sub14 i sub16       | 4 euros per prova |

**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@fcatalletisme.cat](mailto:fca@fcatalletisme.cat)**

- Els clubs participants hauran de recollir a la secretaria de la competició fins 30 minuts abans de la primera prova en la que participin, les llistes d'inscrits.

## Normes tècniques

### Curses

Les curses seran cronometrades amb cronometratge elèctric.

### Salts

#### Cadència llistons salt d'alçada

Sub8 M:

Sub8 F:

Sub10 M: 0.70-0.80-0.85-0.90-0.95-1.00-1.05-1.10 i de 3 en 3 cm

Sub10 F: 0.70-0.80-0.85-0.90-0.95-1.00-1.03-1.06 i de 3 en 3 cm

Sub12 M: 1.00-1.10-1.15-1.20-1.25-1.28-1.31-1.34 i de 3 en 3 cm.

Sub12 F: 0.95-1.05-1.10-1.15-1.20-1.25-1.28-1.31 i de 3 en 3 cm.

Sub14 M: 1.10-1.20-1.25-1.30-1.35-1.40-1.43-1.46 i de 3 en 3 cm.

Sub14 F: 1.05-1.15-1.20-1.25-1.30-1.35-1.38-1.41 i de 3 en 3 cm.

Sub16 M: 1.40-1.45-1.50-1.55-1.60-1.65-1.70-1.74-1.77-1.80 i de 3 en 3 cm.

Sub16 F: 1.30-1.35-1.40 -1.44-1.48-1.52-1.56-1.59 i de 3 en 3 cm.

#### Cadència llistons salt amb perxa

Sub12 M: 1.20-1.40-1.50-1.60-1.65-1.70-1.75-1.80 i de 5 en 5 cm.

Sub12 F: 1.20-1.40-1.50-1.60-1.65-1.70-1.75-1.80 i de 5 en 5 cm.

Sub14 M: 1.50-1.70-1.85-2.00-2.10-2.15-2.20-2.25 i de 5 en 5 cm.

Sub14 F: 1.50-1.70-1.85-2.00-2.10-2.15-2.20-2.25 i de 5 en 5 cm.

Sub16 M: 2.30-2.50-2.70-2.85-3.00-3.15-3.30-3.40-3.50-3.60-3.70-3.75 i de 5 en 5 cm.

Sub16 F: 2.00-2.20-2.35-2.50-2.60-2.70-2.80-2.90-3.00-3.05-3.10 i de 5 en 5 cm

Excepcionalment, en funció de la participació i de l'horari, e responsable de la Comissió de Promoció, juntament amb el Jutge Àrbitre de la competició, podran modificar la cadència dels llistons.

### Proves de salt de llargada Sub8 i Sub10

En funció de la inscripció, es podran fer salts simultanis al mateix fossar (2 taules de batuda al mateix fossar)

### Proves de salts horitzontals i llançaments categories sub14 i sub16

Els intents de millora es realitzaran en ordre invers a la classificació dels 3 primers intents.

### Proves de salts horitzontals i llançaments categories sub8, sub10 i sub12

Tots els atletes participants tindran 3 intents. No hi hauran intents de millora.

*Distància de les taules de batuda en salts horitzontals*

Salt de llargada

|               |        |
|---------------|--------|
| Sub8 Masculí  | 0,5 m. |
| Sub8 Femení   | 0,5 m. |
| Sub10 Masculí | 1 m.   |
| Sub10 Femení  | 1 m.   |
| Sub12 Masculí | 2 m.   |
| Sub12 Femení  | 2 m.   |
| Sub14 Masculí | 3 m.   |
| Sub14 Femení  | 2 m.   |
| Sub16 Masculí | 3 m.   |
| Sub16 Femení  | 3 m.   |

Triple Salt

|               |           |
|---------------|-----------|
| Sub14 Masculí | 7 i 9 m.  |
| Sub14 Femení  | 6 i 8 m.  |
| Sub16 Masculí | 9 i 11 m. |
| Sub16 Femení  | 7 i 9 m.  |

## Controls categoria SUB16

### 1r. Control Sub16

|       |                    |               |                |                |                  |
|-------|--------------------|---------------|----------------|----------------|------------------|
| 15:30 |                    |               |                | Martell Sub16M |                  |
| 16:30 | 100 m.ll. Sub16 M  | Perxa Sub16 M | Triple Sub16 F |                |                  |
| 17:00 | 100 m.ll. Sub16 F  |               |                |                | Javelina Sub16 M |
| 17:30 | 300 m.t. Sub16 M   |               |                | Disc Sub16 F   |                  |
| 18:00 | 300 m.t. Sub16 F   |               | Triple Sub16 M |                |                  |
| 18:30 | 600 m.ll. Sub16 M  | Perxa Sub16 F |                |                | Javelina Sub16 F |
| 18:50 | 600 m.ll. Sub16 F  |               |                |                |                  |
| 19:10 | 1500 m.ob. Sub16 M |               |                |                |                  |
| 19:30 | 1500 m.ob. Sub16 F |               |                |                |                  |
| 19:50 | 3000 m.m. Sub16 F  |               |                |                |                  |
| 20:10 | 3000 m.m. Sub16 M  |               |                |                |                  |

### 2n. Control Sub16

#### Diumenge 04/05/2025 Granollers

|       |                      |                |                  |                 |             |
|-------|----------------------|----------------|------------------|-----------------|-------------|
| 16:00 |                      |                | Llargada Sub16 M | Martell Sub16 F |             |
|       |                      |                | Grups 1-2        |                 |             |
| 16:30 |                      | Alçada Sub16 F |                  |                 |             |
| 17:00 | 100 m.t. Sub16 M     |                |                  |                 | Pes Sub16 M |
| 17:15 | 100 m.t. Sub16 F     |                |                  |                 |             |
| 17:20 |                      |                | Llargada Sub16 F |                 |             |
|       |                      |                | Grups 1-2        |                 |             |
| 17:30 | 300 m.ll. Sub16 M    |                |                  |                 |             |
| 18:00 | 300 m.ll. Sub16 F    |                |                  | Disc Sub16 M    |             |
| 18:35 | 400 m.ll. Sub18 M    | Alçada Sub16 M |                  |                 | Pes Sub16 F |
| 18:45 | 400 m.ll. Sub18 F    |                | Llargada Sub16 F |                 |             |
|       |                      |                | Grups 3-4        |                 |             |
| 19:00 | 1000 m.ll. Sub16 M   |                |                  |                 |             |
| 19:15 | 1000 m.ll. Sub16 F   |                |                  |                 |             |
| 19:30 | 3000 m.ll. Sub16-18F |                |                  |                 |             |
| 19:45 | 3000 m.ll. Sub16-18M |                |                  |                 |             |

### 3r. Control Sub16

#### Dissabte 10/05/2025 Vilafranca P.

|       |                    |               |                  |                |                  |
|-------|--------------------|---------------|------------------|----------------|------------------|
| 16:00 |                    |               |                  | Martell Sub16M |                  |
| 16:30 | 100 m.ll. Sub16 M  | Perxa Sub16 M | Triple Sub16 F   |                |                  |
|       |                    |               | Grups 1-2        |                |                  |
| 16:55 | 100 m.ll. Sub16 F  |               |                  |                |                  |
| 17:00 |                    |               |                  |                | Javelina Sub16 M |
| 17:45 | 300 m.t. Sub16 M   |               |                  | Disc Sub16 F   |                  |
| 18:05 | 300 m.t. Sub16 F   |               | Triple Sub16 M   |                |                  |
|       |                    |               | Grups 1-2        |                |                  |
| 18:30 | 600 m.ll. Sub16 M  | Perxa Sub16 F |                  |                | Javelina Sub16 F |
| 18:45 | 600 m.ll. Sub16 F  |               |                  |                |                  |
| 19:20 | 200 m.ll. Sub18 M  |               |                  |                |                  |
| 19:30 | 200 m.ll. Sub18 F  |               |                  |                |                  |
| 19:40 | 1500 m.ob Sub16 M  |               | Llargada Sub18 F |                |                  |
| 19:55 | 1500 m.ob. Sub16 F |               |                  |                |                  |
| 20:05 | 3000 m.m. Sub16F/M |               |                  |                |                  |

#### 4rt. Control Sub16

**Diumenge 18/05/2025 Manresa**

|       |                    |                |                                 |                 |             |
|-------|--------------------|----------------|---------------------------------|-----------------|-------------|
| 9:30  |                    |                |                                 | Martell Sub16 F |             |
| 10:00 |                    | Alçada Sub16 F | Llargada Sub16 M<br>(2 grups)   |                 | Pes Sub16 M |
| 10:20 | 100 m.t. Sub16 M   |                |                                 |                 |             |
| 10:45 | 100 m.t. Sub16 F   |                |                                 |                 |             |
| 11:00 | 3000 m.ll. Sub16 M |                |                                 | Disc Sub16 M    |             |
| 11:30 | 3000 m.ll. Sub16 F | Alçada Sub16 M | Llargada Sub16 F<br>(grups 1-2) |                 | Pes Sub16 F |
| 11:50 | 1000 m.ll. Sub16 M |                |                                 |                 |             |
| 12:15 | 1000 m.ll. Sub16 F |                |                                 |                 |             |
| 12:30 |                    |                | Llargada Sub16 F<br>(grup3)     |                 |             |
| 12:35 | 300 m.ll. Sub16 M  |                |                                 |                 |             |
| 12:50 | 300 m.ll. Sub16 F  |                |                                 |                 |             |

#### 5è. Control Sub16

**Diumenge 01/06/2025 Mataró**

|       |                    |               |                                           |                |                            |
|-------|--------------------|---------------|-------------------------------------------|----------------|----------------------------|
| 16:00 |                    |               |                                           | Martell Sub16M |                            |
| 16:30 | 100 m.ll. Sub16 M  | Perxa Sub16 M | Triple Sub16F<br>Grups 1-2                |                | Javelina Sub16 M<br>Grup 1 |
| 17:00 | 100 m.ll. Sub16 F  |               |                                           |                |                            |
| 17:30 |                    |               |                                           | Disc Sub16 F   | Javelina Sub16 M<br>Grup 2 |
| 17:55 | 300 m.t. Sub16 M   |               |                                           |                |                            |
| 18:10 | 300 m.t. Sub16 F   |               | Triple Sub16 M<br>Triple Sub16F<br>Grup 3 |                |                            |
| 18:10 |                    |               |                                           |                |                            |
| 18:30 | 600 m.ll. Sub16 M  | Perxa Sub16 F |                                           |                |                            |
| 18:50 | 600 m.ll. Sub16 F  |               |                                           |                | Javelina Sub16 F           |
| 19:15 | 1500 m.ob. Sub16 M |               |                                           | Disc Sub16 M   |                            |
| 19:35 | 1500 m.ob. Sub16 F |               |                                           |                |                            |
| 19:50 | 3000 m.ll. Sub16 F |               |                                           |                |                            |
| 20:10 | 3000 m.ll. Sub16 M |               |                                           |                |                            |

## 6è. Control Sub16 Dissabte 07/06/2025 Vilanova

### Jornada conjunta Sub14 i Sub16

|       |                    |                               |             |                |                          |
|-------|--------------------|-------------------------------|-------------|----------------|--------------------------|
| 18:15 |                    | Llargada Sub14 M<br>Grups 1-2 | Pes Sub14 F |                |                          |
| 18:30 | 100 m.ll. Sub16 M  |                               |             | Martell Sub14M | Alçada Sub16 F<br>Grup 1 |
| 18:55 | 100 m.ll. Sub16 F  |                               |             |                |                          |
| 19:20 |                    |                               | Pes Sub14 M |                |                          |
| 19:35 | 150 m.ll. Sub14 M  | Llargada Sub14 F<br>Grups 1-2 |             |                |                          |
| 19:50 | 150 m.ll. Sub14 F  |                               |             | Disc Sub16 F   |                          |
| 20:00 |                    |                               |             |                | Alçada Sub16 F<br>Grup 2 |
| 20:15 | 1000 m.ll. Sub14 M |                               |             |                |                          |
| 20:30 | 1000 m.ll. Sub14 F |                               | Pes Sub16 M | Pes Sub16 F    |                          |
| 20:45 | 1000 m.ll. Sub16 M |                               |             |                |                          |
| 20:55 |                    | Llargada Sub14 F<br>Grups 3-4 |             |                |                          |
| 21:10 | 1000 m.ll. Sub16 F |                               |             |                |                          |
| 21:25 | 600 m.ll. Sub16 M  |                               |             |                |                          |
| 21:30 | 300 m.ll. Sub16 F  |                               |             |                |                          |

## 7è Control Sub16 Dissabte 14/06/2025 Castellar

|       |                   |                |                                 |                 |  |
|-------|-------------------|----------------|---------------------------------|-----------------|--|
| 17:45 |                   |                | Llargada Sub16 F<br>(GRUP 1)    |                 |  |
| 18:45 | 100 m.t. Sub16 M  | Alçada Sub16 M | Llargada Sub16 F<br>(GRUPS 2-3) | Martell Sub16 F |  |
| 19:05 | 100 m.t. Sub16 F  |                |                                 |                 |  |
| 19:25 | 100 m.ll. Sub16 M |                |                                 |                 |  |
| 19:50 | 100 m.ll. Sub16 F |                |                                 |                 |  |
| 20:30 | 300 m.ll. Sub16 M |                | Llargada Sub16 M<br>(GRUPS 1-2) |                 |  |
| 20:50 | 300 m.ll. Sub16 F |                |                                 |                 |  |
| 21:15 | 600 m.ll. Sub16 M |                |                                 |                 |  |
| 21:25 | 600 m.ll. Sub16 F |                |                                 |                 |  |

## Controls categoria SUB14

### 1r. Control Sub14

**Dissabte 12/04/2025 Vilanova i la Geltrú**

|       |                     |                               |                               |                  |
|-------|---------------------|-------------------------------|-------------------------------|------------------|
| 16:30 | Perxa Sub14 M       | Llargada Sub14 F<br>(2 grups) | Disc Sub14 M                  | Javelina Sub14 F |
| 17:00 | 220 m.t. Sub14 M    |                               |                               |                  |
| 17:15 | 220 m.t. Sub14 F    |                               |                               |                  |
| 17:30 | 1000 m.o. Sub14 M   |                               |                               |                  |
| 17:50 | 1000 m.o. Sub14 F   |                               |                               |                  |
| 18:10 | 600 m.ll. Sub14 M   | Perxa Sub14 F                 | Llargada Sub14 M<br>(2 grups) | Disc Sub14F      |
| 18:30 | 600 m.ll. Sub14 F   |                               |                               | Javelina Sub14 M |
| 18:50 | 80 m.ll. Sub14 M    |                               |                               |                  |
| 19:10 | 80 m.ll. Sub14 F    |                               |                               |                  |
| 19:40 | 3000 m.m. Sub14 M/F |                               |                               |                  |

### 2n. Control Sub14

**Dissabte 03/05/2025 Sta. Coloma G.**

|       |                    |                |                             |                 |
|-------|--------------------|----------------|-----------------------------|-----------------|
| 15:00 |                    |                |                             | Martell Sub14 M |
| 16:00 | 80 m.t. Sub14 M    | Alçada Sub14 F | Triple Sub14 M<br>Grups 1-2 | Martell Sub14 F |
| 16:20 | 80 m.t. Sub14 F    |                |                             |                 |
| 16:50 | 150 m.ll. Sub14 M  |                |                             | Pes Sub14 M     |
| 17:20 | 150 m.ll. Sub14 F  |                |                             |                 |
| 18:00 |                    | Alçada Sub14 M | Triple Sub14 F<br>Grups 1-2 | Pes Sub14 F     |
| 18:05 | 1000 m.ll. Sub14 M |                |                             |                 |
| 18:25 | 1000 m.ll. Sub14 F |                |                             |                 |
| 18:50 | 3000 m.ll. Sub14 M |                |                             |                 |
| 19:20 | 3000 m.ll. Sub14 F |                |                             |                 |

### 3r. Control Sub14

**Diumenge 11/05/2025 Vilanova G.**

|       |                     |               |                               |                  |
|-------|---------------------|---------------|-------------------------------|------------------|
| 9:30  | 3000 m.m. Sub14 M/F |               | Llargada Sub14 F<br>Grups 1-2 |                  |
| 10:00 | 220 m.t. Sub14 M    | Perxa Sub14 M |                               | Disc Sub14 M     |
| 10:30 | 220 m.t. Sub14 F    |               |                               | Javelina Sub14 F |
| 10:50 |                     |               | Llargada Sub14 F<br>Grups 3-4 | Pes Sub16-18 F   |
| 11:00 | 400 m.t. Sub18 F    |               |                               |                  |
| 11:10 | 400 m.t. Sub18 M    |               |                               |                  |
| 11:20 | 1000 m.o. Sub14 M   |               |                               |                  |
| 11:40 | 1000 m.o. Sub14 F   |               |                               |                  |
| 12:00 | 600 m.ll. Sub14 M   | Perxa Sub14 F | Llargada Sub14 M<br>Grups 1-2 | Disc Sub14 F     |
| 12:20 | 600 m.ll. Sub14 F   |               |                               | Javelina Sub14 M |
| 12:50 | 80 m.ll. Sub14 M    |               |                               | Pes Sub16-18 M   |
| 13:15 | 80 m.ll. Sub14 F    |               |                               |                  |



#### 4rt. Control Sub14

Dissabte 17/05/2025 Manresa

|       |                    |                |                             |                 |
|-------|--------------------|----------------|-----------------------------|-----------------|
| 15:00 |                    |                |                             | Martell Sub14 M |
| 15:30 |                    | Alçada Sub14 F |                             |                 |
| 16:00 |                    |                | Triple Sub14 M              | Martell Sub14 F |
| 16:15 | 80 m.t. Sub14 F    |                |                             |                 |
| 16:35 | 80 m.t.S14F RFEA   |                |                             |                 |
| 16:30 |                    |                | Pes Sub14 M                 |                 |
| 16:50 | 80 m.t. Sub14 M    |                |                             |                 |
| 17:10 | 150 m.II. Sub14 M  |                |                             |                 |
| 17:30 | 150 m.II. Sub14 F  |                |                             |                 |
| 18:10 | 1000 m.II. Sub14 M |                | Triple Sub14 F<br>(2 grups) | Pes Sub14 F     |
| 18:35 | 1000 m.II. Sub14 F |                |                             |                 |
| 19:00 | 3000 m.II. Sub14M  | Alçada Sub14 M |                             |                 |
| 19:15 | 3000 m.II. Sub14 F |                |                             |                 |

#### 5è. Control Sub14

Diumenge 01/06/2025 Mataró

|       |                    |               |                             |                            |           |
|-------|--------------------|---------------|-----------------------------|----------------------------|-----------|
| 9:30  | 3000 m.II. Sub14 M | Perxa Sub14 M | Disc Sub14 M<br>Grup 1      | Javelina Sub14 F<br>Grup 1 | AlçaS14F  |
| 9:55  | 3000 m.II. Sub14 F |               |                             |                            |           |
| 10:00 |                    |               | Triple Sub14 M<br>Grups 1-2 |                            |           |
| 10:15 | 220 m.t. Sub14 M   |               |                             |                            |           |
| 10:30 | 220 m.t. Sub14 F   |               |                             | Javelina Sub14 F<br>Grup 2 |           |
| 10:45 | 1000 m.o. Sub14 M  |               | Disc Sub14 M<br>Grup 2      |                            |           |
| 11:00 | 1000 m.o. Sub14 F  |               |                             |                            |           |
| 11:20 | 600 m.II. Sub14 M  |               |                             |                            |           |
| 11:30 |                    |               |                             | Javelina Sub14 M<br>Grup 1 |           |
| 11:40 |                    | Perxa Sub14 F | Triple Sub14 F<br>Grups 1-2 |                            | AlçaS14 M |
| 11:35 | 600 m.II. Sub14 F  |               |                             |                            |           |
| 11:55 | 80 m.II. Sub14 M   |               | Disc Sub14 F                |                            |           |
| 12:20 | 80 m.II. Sub14 F   |               |                             |                            |           |
| 12:50 |                    |               |                             | Javelina Sub14 M<br>Grup 1 |           |
| 13:05 | 80 m.t. Sub14 M    |               | MartellSub14 F              |                            |           |
| 13:20 | 80 m.t. Sub14 F    |               |                             |                            |           |

## 6è. Control Sub16 Dissabte 07/06/2025 Vilanova

### Jornada conjunta Sub14 i Sub16

|       |                   |                               |             |                |                          |
|-------|-------------------|-------------------------------|-------------|----------------|--------------------------|
| 18:15 |                   | Llargada Sub14 M<br>Grups 1-2 | Pes Sub14 F |                |                          |
| 18:30 | 100 m.l. Sub16 M  |                               |             | Martell Sub14M | Alçada Sub16 F<br>Grup 1 |
| 18:55 | 100 m.l. Sub16 F  |                               |             |                |                          |
| 19:20 |                   |                               | Pes Sub14 M |                |                          |
| 19:35 | 150 m.l. Sub14 M  | Llargada Sub14 F<br>Grups 1-2 |             |                |                          |
| 19:50 | 150 m.l. Sub14 F  |                               |             | Disc Sub16 F   |                          |
| 20:00 |                   |                               |             |                | Alçada Sub16 F<br>Grup 2 |
| 20:15 | 1000 m.l. Sub14 M |                               |             |                |                          |
| 20:30 | 1000 m.l. Sub14 F |                               | Pes Sub16 M | Pes Sub16 F    |                          |
| 20:45 | 1000 m.l. Sub16 M |                               |             |                |                          |
| 20:55 |                   | Llargada Sub14 F<br>Grups 3-4 |             |                |                          |
| 21:10 | 1000 m.l. Sub16 F |                               |             |                |                          |
| 21:25 | 600 m.l. Sub16 M  |                               |             |                |                          |
| 21:30 | 300 m.l. Sub16 F  |                               |             |                |                          |

## Controls categories SUB8-SUB10-SUB12

### 1r. Control Sub8-10-12

Dissabte 12/04/2025 Vilanova i la G

|       |                    |                               |                               |              |             |
|-------|--------------------|-------------------------------|-------------------------------|--------------|-------------|
| 9:30  | 1000 m.m.Sub10M/F  |                               |                               |              |             |
| 9:45  | 2000 m.m.Sub12M/F  | Llargada Sub12 M<br>(2 grups) | Vòrtex Sub10 M<br>(grups A-B) |              |             |
| 10:00 | 60 m.ll. Sub10 M   |                               |                               |              |             |
| 10:20 | 60 m.ll. Sub10 F   |                               |                               | Disc Sub12 F |             |
| 10:30 |                    |                               | Vòrtex Sub10 M<br>(grup C)    |              |             |
| 10:40 | 1000 m.ll. Sub10 M |                               |                               |              |             |
| 11:00 | 1000 m.ll. Sub10 F | Llargada Sub12 F<br>(2 grups) |                               | Disc Sub12 M |             |
| 11:30 | 60 m.t. Sub12 M    |                               | Vòrtex Sub10 F                |              |             |
| 12:00 | 60 m.t. Sub12 F    |                               |                               |              |             |
| 12:15 |                    | Llargada Sub8 F               |                               |              |             |
| 12:30 | 600 m.ll. Sub12 M  | Llargada Sub8 M               |                               | Pes Sub12 M  |             |
| 12:55 | 600 m.ll. Sub12 F  |                               | Vòrtex Sub8 M/F               |              | Pes Sub12 F |
| 13:20 | 400 m.ll. Sub8 M   |                               |                               |              |             |
| 13:30 | 400 m.ll. Sub8 F   |                               |                               |              |             |

### 2n. Control Sub8-10-12

Dissabte 03/05/2025 Sta. Coloma G.

|       |                    |                               |                 |                               |                               |
|-------|--------------------|-------------------------------|-----------------|-------------------------------|-------------------------------|
| 9:30  | 60 m.ll. Sub10 M   | Llargada Sub10 M<br>Grups 1-2 | Pes Sub10 F     | Javelina Sub12 M<br>Grups 1-2 | Alçada S12 M<br>Perxa Sub12 F |
| 10:00 | 60 m.ll. Sub10 F   |                               |                 |                               |                               |
| 10:10 |                    | Llargada Sub10 M<br>Grups 3-4 |                 |                               |                               |
| 10:20 | 400 m.ll. Sub10 M  |                               |                 |                               |                               |
| 10:40 |                    |                               | Pes Sub10 M     | Javelina Sub12 F<br>Grups 1-2 |                               |
| 10:50 | 400 m.ll. Sub10 F  | Llargada Sub10 F<br>Grups 1-2 |                 |                               |                               |
| 11:00 |                    |                               |                 |                               | Perxa S12 M                   |
| 11:10 | 2000 m.ll. Sub12 M |                               |                 |                               |                               |
| 11:30 |                    | Llargada Sub10 F<br>Grups 3-4 |                 |                               | Alçada S12 F                  |
| 11:40 | 2000 m.ll. Sub12 F |                               |                 |                               |                               |
| 12:00 | 60 m.ll. Sub8 M    |                               |                 |                               |                               |
| 12:10 | 60 m.ll. Sub8 F    |                               |                 |                               |                               |
| 12:20 | 60 m.ll. Sub12 M   |                               |                 | Vòrtex Sub8 M/F               |                               |
| 12:25 |                    | Llargada Sub8 F               | Llargada Sub8 M |                               |                               |
| 12:50 | 60 m.ll. Sub12 F   |                               |                 |                               |                               |
| 13:20 | 120 m.ll. Sub12 M  |                               |                 |                               |                               |
| 14:00 | 120 m.ll. Sub12 F  |                               |                 |                               |                               |

### 3r. Control Sub8-10-12

Dissabte 10/05/2025 Vilafranca P.

|       |                    |                                              |                             |                        |              |
|-------|--------------------|----------------------------------------------|-----------------------------|------------------------|--------------|
| 9:30  | 1000 m.m.Sub10M/F  |                                              |                             | Disc Sub12 F           |              |
| 9:40  | 2000 m.m.Sub12M/F  | Llargada Sub12 M<br>Grups 1-2                |                             |                        |              |
| 10:00 | 60 m.ll. Sub10 M   |                                              | Vòrtex Sub10 M<br>Grups 1-2 |                        | Alçada S10 F |
| 10:20 | 60 m.ll. Sub10 F   |                                              |                             | Disc Sub12 M<br>Grup 1 |              |
| 10:40 | 1000 m.ll. Sub10 M | Llargada Sub12 F<br>Grups 1-2                |                             |                        |              |
| 11:00 | 1000 m.ll. Sub10 F |                                              | Vòrtex Sub10 F<br>Grups 1-2 |                        |              |
| 11:10 |                    |                                              |                             | Disc Sub12 M<br>Grup 2 |              |
| 11:30 | 60 m.t. Sub12 M    |                                              |                             |                        | Alçada S10 M |
| 12:00 | 60 m.t. Sub12 F    | Llargada Sub8 F<br>Llargada Sub12F<br>Grup 3 | Vòrtex Sub8 M               |                        |              |
| 12:30 | 600 m.ll. Sub12 M  | Llargada Sub8 M                              |                             | Pes Sub12 M            |              |
| 12:55 | 600 m.ll. Sub12 F  |                                              | Vòrtex Sub8 F               |                        | Pes Sub12 F  |
| 13:20 | 400 m.ll. Sub8 M   |                                              |                             |                        |              |
| 13:30 | 400 m.ll. Sub8 F   |                                              |                             |                        |              |

### 4rt. Control Sub8-10-12

Dissabte 17/05/2025 Manresa

|       |                    |                               |                          |                               |             |
|-------|--------------------|-------------------------------|--------------------------|-------------------------------|-------------|
| 9:45  |                    | Llargada Sub10 M<br>(2 grups) | Pes Sub10 F<br>(2 grups) | Javelina Sub12 M<br>(2 grups) | Perxa S12 F |
| 10:30 | 60 m.ll. Sub10 M   |                               |                          |                               |             |
| 10:45 | 60 m.ll. Sub10 F   |                               |                          |                               |             |
| 11:00 | 400 m.ll. Sub10 M  | Llargada Sub10 F<br>(Grup 1)  |                          |                               |             |
| 11:15 | 400 m.ll. Sub10 F  |                               | Pes Sub10 M              | Javelina Sub12 F              | Perxa S12 M |
| 11:30 | 2000 m.ll. Sub12 M |                               |                          |                               |             |
| 11:45 |                    | Llargada Sub10 F<br>(Grup 2)  |                          |                               |             |
| 12:00 | 2000 m.ll. Sub12 F |                               |                          |                               |             |
| 12:25 | 60 m.ll. Sub8 M    |                               |                          |                               |             |
| 12:35 | 60 m.ll. Sub8 F    |                               |                          |                               |             |
| 12:40 | 60 m.ll. Sub12 M   | Llargada Sb8 F/M              |                          | Vòrtex Sub8 M/F               |             |
| 13:05 | 60 m.ll. Sub12 F   |                               |                          |                               |             |
| 13:30 | 120 m.ll. Sub12 M  |                               |                          |                               |             |
| 13:50 | 120 m.ll. Sub12 F  |                               |                          |                               | Alçada S12F |