

## CONTROLS A L'AIRE LLIURE CATEGORIES DE PROMOCIÓ SUB 16 i SUB 18 TEMPORADA 2026

### 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.

En aquests controls podran participar tots/totes els/les atletes de les categories Sub16 i Sub 18 que tinguin degudament tramitada la seva llicència federada.

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

12/04/2026	1r control sub 16 i sub 18 (tarda)	Vilafranca del Penedès
18/04/2026	2n control sub 16 i sub 18 (tarda) (conjuntament amb el control de combinades sub 14-16-18)	Vic
26/04/2026	3r control sub 16 i sub 18 (matí)	Mollet del Vallès
03/05/2026	4t control sub 16 i sub 18 (matí)	A determinar
09/05/2026	5è control sub 16 i sub 18 (tarda) (conjuntament amb Campionat Catalunya de Proves Combinades sub 12 i sub 14)	Vilanova i la Geltrú
31/05/2026	6è control sub 18 (matí)	A determinar
06/06/2026	7è control sub 18 (tarda) (després de la Prèvia del Campionat de Catalunya sub 10 i sub 12)	Vilanova i la Geltrú

Les categories que comprenen aquests controls són:

Sub16: atletes nascuts/des els anys 2011 i 2012

Sub18: atletes nascuts/des els anys 2009 i 2010

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 un 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 sub16 i sub 18

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@fcatletisme.cat](mailto:fca@fcatletisme.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

A determinar cada jornada en funció de les inscripcions rebudes.

#### Cadència llistons salt amb perxa

A determinar cada jornada en funció de les inscripcions rebudes.

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

*Proves de salts horitzontals i llançaments*

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

*Distància de les taules de batuda en salts horitzontals*

Salt de llargada

Sub16 Masculí	3 m.
Sub16 Femení	3 m.
Sub18 Masculí	3 m.
Sub18 Femení	3 m.

Triple Salt

(en funció de les inscripcions rebudes es podran modificar)

Sub16 Masculí	9 i 11 m.
Sub16 Femení	7 i 9 m.
Sub18 Masculí	11 i 13 m.
Sub18 Femení	9 i 11 m

## Controls categoria SUB 16 i SUB 18

1r. Control Sub16		Diumenge 12/04/2026 Vilafranca del Penedès		
16:00				Martell Sub16M
16:30	100 m.ll. Sub18 M	Alçada Sub16 M	Llargada Sub16 F (Grup A)	Pes Sub 18 F
16:45	100 m.ll. Sub16 M			
17:00	100 m.ll. Sub18 F			
17:15	100 m.ll. Sub16 F			
17:30	400 m.t. Sub18 M			Disc Sub 16 F    Pes Sub18 M
17:40	300 m.t. Sub16 M			
18:00	300 m.t. Sub16 F			
18:10	400 m.t. Sub18 F	Alçada Sub 16 F		
18:15			Llargada Sub16 F (Grup B)	
18:30	200 m.ll. Sub18 M			Pes Sub 16 F
18:40	200 m.ll. Sub18 F			
18:50	600 m.ll. Sub 16 M			Disc Sub 16 M
19:10	600 m.ll. Sub 16 F			
19:30	1500 m.ll. Sub 18 M			Pes Sub 16 M
19:40	1500 m.ll. Sub 18 F			
19:50	3000 m.ll. Sub 16-18 M			
20:10	3000 m.ll. Sub 16-18 F			

Excepcionalment, per aquesta 1ª jornada, les inscripcions es podran fer fins el dimarts 7 d'abril.

A les proves sub 16 d'alçada, llargada, martell i disc es podran inscriure atletes sub 18. En funció de les inscripcions rebudes i si ho permet l'horari el dimecres 8 d'abril es notificarà si s'accepta la seva participació.

**2n Control Sub 16-18**

**Dissabte 18/04/2026**

**Vic**

16:00

Pes sub 16-18 M

Llargada sub 16-18 M  
(grups A-B)

16:30 100 m.t. sub 18 F

16:40 100 m.t. sub 16 F

17:00

Pes sub 16-18 F

17:15 100 m.t. sub 16 M

17:30 110 m.t. sub 18 M

Perxa sub 16-18 M

Llargada sub 16 F  
(grups A-B)

17:35 300 m.ll. sub 16 F

18:15 300 m.ll. sub 16 M

18:40 400 m.ll. sub 18 F

18:50 400 m.ll. sub 18 M

19:00

Llargada sub 18 F

Llargada sub 16 F  
(grup C)

19:25 1000 m.ll. sub 16 F

19:45 1000 m.ll. sub 16 M

20:05 800 m.ll. sub 18 F

20:15 800 m.ll. sub 18 M

**3r Control S16-18**

**Diumenge 26/04/2026**

**Mollet del Vallès**

9:30	3000 m.ll. S16-18 M		Javelina S16-18 M	
9:55	3000 m.ll. S16-18 F		Perxa S16-18 F	Triple S18-S16M
10:20	1500 m.ll. S18 M	Alçada S18 F		
10:30	1500 m.ll. S18 F			
10:40	600 m.ll. S16 M			
10:55	600 m.ll. S16 F			
11:10	400 m.t. S18 M			
11:20	300 m.t. S16 M		Disc S16 F	
11:30	300 m.t. S16 F			Triple S16 F (grups A-B)
11:45	400 m.t. S18 F	Alçada S18M		
11:55	100 m.ll. S18 M			
12:15	100 m.ll. S16 M		Disc S16 M	
12:45	100 m.ll. S18 F			
13:00	100 m.ll. S16 F			
13:45	200 m.ll. S18 M			
14:00	200 m.ll. S18 F			

**4t Control S16-18**

**Diumenge 03/05/2026**

**A determinar**

9:30	2000 m.obs. S18 M			Disc S18 M	
9:45	2000 m.obs. S18 F				
10:00	1500 m.obs. S16 M	Alçada S16 M	Pes S16-18 F		Perxa S16-18 M
10:15	1500 m.obs. S16 F				Llargada S16 M
10:30	300 m.ll. S16 F			Disc S18 F	
10:50	300 m.ll. S16 M				
11:10	400 m.ll. S18 F				
11:30	400 m.ll. S18 M				Llargada S16 F
11:50	800 m.ll. S18 F		Pes S16-18 M	Javelina S16-18 F	Perxa S16-18 M (millors m.)
12:10	800 m.ll. S18 M	Alçada S16 F			
12:30	1000 m.ll. S16 F				
12:50	1000 m.ll. S16 M				
13:00					Triple S18 F
13:25	100 m.t. S18 F			Martell S16 F	
13:40	100 m.t. S16 F				
14:00	100 m.t. S16 M				
14:20	110 m.t. S18 M				

**5è Control S16-18**

**Dissabte 09/05/2026**

**Vilanova i la Geltrú**

15:30			Martell S16-18 F		
16:30	100 m.ll. S18 M			Perxa S16-18 F	Triple S16 M
16:45	100 m.ll. S18 F	Alçada S18 M			
17:00			Martell S16-18 M		
17:10	100 m.ll. S16 M				
17:40	100 m.ll. S16 F				
18:10	300 m.t. S16 M				
18:30	300 m.t. S16 F	Alçada S18 F	Javelina S16 F	Perxa S16-18 F (millors marques)	Triple S16 F
19:00	600 m.ll. S16 M				
19:15	600 m.ll. S16 F				
19:35	800 m.ll. S18 M				
19:50	800 m.ll. S18 F		Javelina S16 M		
20:05	1500 m.obs. S16 M				
20:20	1500 m.obs. S16 F				

**6è Control S18**

**Diumenge 31/05/2026**

**A determinar**

9:30		Martell S18 M	
10:00	110 m.t.S18 M	Llargada S18 M	Perxa S18 M
10:20	100 m.t. S18 F		
10:40	2000 m.obs. S18 M	Javelina S18 F	
11:00	2000 m.obs. S18 F		
11:20	1500 m.ll. S18 M		
11:40	1500 m.ll. S18 F	Llargada S18 F	Javelina S18 M
12:00	400 m.ll. S18 M		Alçada S18 F
12:20	400 m.ll. S18 F		
12:45	100 m.ll. S18 M		
13:00		Martell S18 F	
13:15	100 m.ll. S18 F		

**7è Control S18**

**Dissabte 06/06/2026**

**Vilanova i la Geltrú**

18:00		Perxa S18 F		
18:30	200 m.ll. S18 M		Triple S18 M	Disc S18 F
18:50	200 m.ll. S18 F			Pes S18 M
19:00		Alçada S18 M		
19:10	400 m.t. S18 M			
19:30	400 m.t. S18 F			
19:50	800 m.ll. S18 M			
20:00			Triple S18 F	Disc S18 M
20:10	800 m.ll. S18 F			Pes S18 F
20:30	3000 m.ll. S18 M			
21:00	3000 m.ll. S18 F			