FEDERACIÓ CATALANA ATLETISME

TROFEU PROMOCIÓ 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.

1. Participació

Tots els atletes participants hauran de tenir la seva corresponent llicència tramitada per la FCA per a la temporada en curs en les categories següents:

Sub16: atletes nascuts/des els anys 2011 i 2012

Sub14: atletes nascuts/des els anys 2013 i 2014

Sub12: atletes nascuts/des els anys 2015 i 2016

Sub10: atletes nascuts/des els anys 2017 i 2018

Sub8: atletes nascuts/des els anys 2019 i 2020

2. Competició

La competició es realitzarà en quatre jornades. Les proves (per ambdós sexes) per jornada són les següents:

1a. Jornada	**17/10/2026**
Categoria sub14	150 m.ll. 80 m.t. 2000 m.m. Triple Perxa Pes Disc 4x80 mixt
Categoria sub10	60 m.ll. 1000 m.m. Alçada Vórtex
Categoria sub8	400 m.ll. Llargada
2a. Jornada	**17/10/2026**
Categoria sub16	300 m.ll. 100 m.t. Alçada Llargada Pes Disc 4x100
Categoria sub12	120 m.ll 60 m.t. 2000 m.m Perxa Disc Javelina

3a. Jornada	**14/11/2026**
Categoria sub16	100 m.ll. 600 m.ll. 300 m.t. Triple Perxa Javelina Martell
Categoria sub12	60 m.ll. 600 m.ll. Alçada Llargada Pes 4x60
4a. Jornada	**14/11/2026**
Categoria sub14	80 m.ll. 600 m.ll. 220 m.t. Alçada Llargada Javelina Martell
Categoria sub10	400 m.ll. Llargada Pes 4x60
Categoria sub8	60 m.ll. Vórtex 4x60 mixt

Cada atleta podrà ser inscrit màxim 2 proves individuals i un relleu per jornada. En el cas de participar en dues curses la mateixa jornada, només podrà realitzar una de més de 300 metres.

Rebran medalla els tres primers/es classificats de cada prova.

Premis per equips

Hi haurà una classificació per clubs, segons la següent puntuació en cada prova: 5 punts al primer lloc, 3 punts al segon lloc, 2 punts al tercer lloc i 1 punt per a cada atleta amb marca. Se sumaran els punts de totes les proves individuals i relleus i segons aquest criteri de puntuació.

Tindran trofeu els cinc primers clubs classificats al final de les 4 jornades en una classificació conjunta masculina i femenina.

3. Inscripcions

Els clubs hauran de fer les inscripcions mitjançant el programa Call Room fins el dilluns anterior de cada jornada.

Dimecres, la FCA enviarà al club organitzador les llistes de participació, així com els fitxers del programa informàtic. Així mateix, es farà públic l'horari definitiu en funció de la inscripció rebuda, en la web de la Federació.

Per tal de cobrir les despeses de personal i pista, es cobrarà a cada atleta inscrit:

- Inscripció per prova 3 euros
- Inscripció relleus 3 euros per equip

En les proves de relleus , en el moment d'inscriure un/una atleta en la casella del formulari corresponent a "DORSAL" s'ha de posar A, B, C,...en funció si formarà part d'un equip o de l'altre si és el cas.

Els equips de relleus seran mixtos, amb 2 nens i 2 nenes del mateix club. Únicament a la categoria sub8, per afavorir la màxima participació possible, els equips hauran de tenir un nen o una nena com a mínim. Cada club podrà presentar els equips de vulgui.

Rebran medalla els 4 integrants dels tres primers equips classificats.

4. Normes tècniques

Curses

Les curses seran cronometrades amb cronometratge elèctric.

Proves salt de llargada en categoria Sub8 i Sub10

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

Únicament en les categories Sub14 i Sub16, les proves de salts horitzontals i llançaments, passaran vuit atletes a disputar la millora. 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:

Sub8 M/F: 1 m.

Sub10 M/F: 1 m.

Sub12 M/F: 2 m.

Sub14 M: 3 m.

Sub14 F: 2 m.

Sub16 M/F: 3 m.

Triple salt:

Sub14 M: 7 i 9 m.

Sub14 F: 6 i 8 m.

Sub16 M: 9 i 11 m.

Sub16 F: 7 i 9 m.

Cadència llistons salt d'alçada

Sub 10 M: 0.70-0.80-0.85-0.90-0.95-1.00-1.05-1.10 i de 3 en 3 cm

Sub 10 F: 0.70-0.80-0.85-0.90-0.95-1.00-1.03-1.06 i de 3 en 3 cm

Sub 12 M: 1.00-1.10-1.15-1.20-1.25-1.28-1.31-1.34 i de 3 en 3 cm.

Sub 12 F: 0.95-1.05-1.10-1.15-1.20-1.25-1.28-1.31 i de 3 en 3 cm.

Sub 14 M: 1.10-1.20-1.25-1.30-1.35-1.40-1.43-1.46 i de 3 en 3 cm.

Sub 14 F: 1.05-1.15-1.20-1.25-1.30-1.35-1.38-1.41 i de 3 en 3 cm.

Sub 16 M: 1.40-1.45-1.50-1.55-1.60-1.65-1.70-1.74-1.78-1.81 i de 3 en 3 cm.

Sub 16 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

Sub 12 M: 1.40-1.50-1.60-1.65-1.70-1.75-1.80 i de 5 en 5 cm.

Sub 12 F: 1.40-1.50-1.60-1.65-1.70-1.75-1.80 i de 5 en 5 cm.

Sub 14 M: 1.50-1.70-1.85-2.00-2.10-2.15-2.20-2.25 i de 5 en 5 cm.

Sub 14 F: 1.50-1.70-1.85-2.00-2.10-2.15-2.20-2.25 i de 5 en 5 cm.

Sub 16 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.

Sub 16 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

A criteri del Responsable Tècnic de la Comissió de Promoció es podrà modificar alguna d'aquestes cadències i/o distàncies de la taula de batuda en funció de la participació.

5. Horaris

1a jornada		**17/10/2026**	**Sta. Coloma Gr.**		
Categories Sub8, Sub10 i Sub14					
9:50	1000 m.m. S10M/F			Llargada S8M (Grup A)	
10.00		Alçada S10F		Llargada S8F	
10.10	2000 m.m. S12M/F				
10.25	2000 m.m. S14M/F				
10.30			Vortex S10M (Grup A)		Perxa S14M
10.40	400 m.ll. S8F			Llargada S8M (Grup B)	
10.50	400 m.ll. S8M				
11.00			Vortex S10M (Grup B)	Triple S14F	Disc S14F
11.10	60 m.ll. S10F				
11.30	60 m.ll. S10M	Alçada S10M	Vortex S10F		
11.55	80 m.t. S14F		Pes S14M		Perxa S14F
12:05	80 m.t. S14M				
12.15	150 m.ll. S14F			Triple S14M	Disc S14 M
12.25					
12.35	150 m.ll. S14M		Pes S14F		
13.00	4x80 S14Mixte				
2a jornada		**17/10/2026**	**Sta. Coloma Gr.**		
Categories Sub12 i Sub16					
16:00			Disc S12 M		Javelina S12F
16:30	60 m.t. S12M	Alçada S16M		Llargada S16F	Perxa S12M
16:45	60 m.t. S12F		Disc S12F		
17:00	120 m.ll. S12M				
17:15	120 m.ll. S12F				Javelina S12M
17:45	100 m.t. S16F		Disc S16 M	LlargadaS16M	Perxa S12F
18:05	100 m.t.S16M	Alçada S16F			Pes S16F
18:25	300 m.ll. S16F				
18:45	300 m.ll. S16M		Disc S16F		Pes S16M
19:20	4x100 S16Mixte				

FEDERACIÓ CATALANA ATLETISME

3a jornada **14/11/2026**
Categories SUB12 i SUB16 **Vilanova i la G.**

10:00			Llargada S12 F (2 grups)	Alçada S12 M	Martell S16 M	Perxa S16 F
10:15	60 m.ll. S12 M	Pes S12 M				
10:50	60 m.ll. S12 F		Llargada S12 M (2 grups)			
11:20	600 m.ll. S12 M	Pes S12 F			Javelina S16 M	
11:35	600 m.ll. S12 F					
11:55	4x60 S12 Mixt		Triple S16 F		Javelina S16 F	
12:20	600 m.ll. S16 F			Alçada S12 F		
12:25	600 m.ll. S16 M					Perxa S16 M
12:40	300 m.t. S16 F					
12:50	300 m.t. S16 M		Triple S16 M			
13:00	100 m.ll. S16 F				Martell S16 F	
13:20	100 m.ll. S16 M					

4a jornada **14/11/2026**
Categories SUB8, SUB10 i SUB14 **Vilanova i la G.**

15:45					Martell S14 M	
16:15	60 m.ll. S8 F	Llargada S10 M (Grups A-B)	Pes S10 F	Alçada S14 M		
16:30				Vòrtex S8 F (2 grups)		
16:45	60 m.ll. S8 M					
17:00	400 m.ll. S10 F	Llargada S10 F (Grup A)	Llargada S10 M (Grup C)	Vòrtex S8 M (Grups A-B)	Javelina S14 M	
17:25	400 m.ll. S10 M		Pes S10 M			
17:30		Llargada S10 F (Grups B-C)		Vòrtex S8 M (Grup C)		
17:50	4x60 S8 Mixt					
18:05	4x60 S10 Mixt	Llargada S14 M				
18:25	220 m.t. S14 M			Alçada S14 F	Javelina S14 F	
18:30	220 m.t. S14 F					
18:40	600 m.ll. S14 M	Llargada S14 F (2 grups)				
18:50	600 m.ll. S14 F					
19:05	80 m.ll. S14 M				Martell S14 F	
19:20	80 m.ll. S14 F					