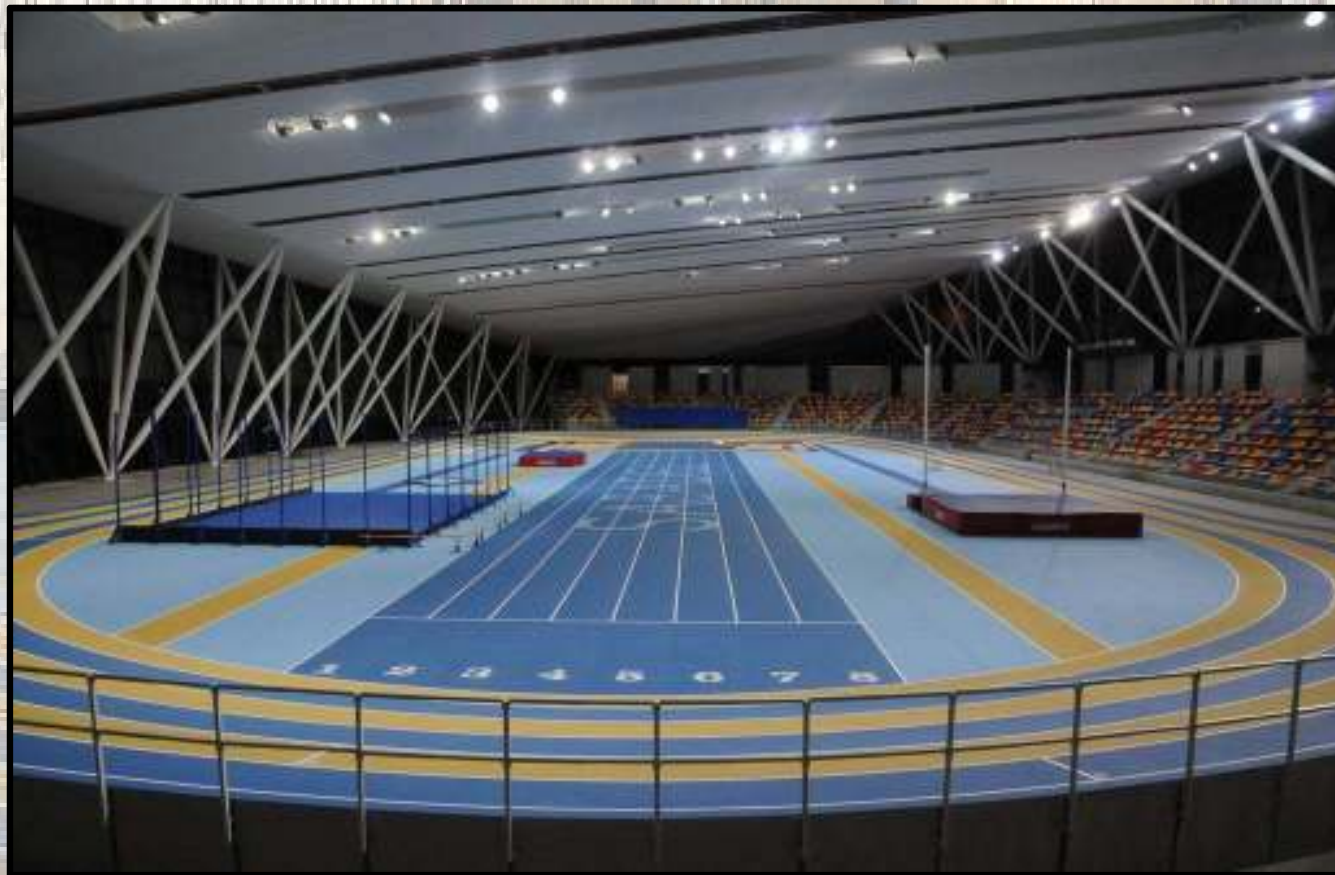




Consells tècnics de cara a la temporada de **PISTA COBERTA**



PROGRAMA (aprox 16-17:50 + 18:10-20:00)

- **Generalitats**
- **Curses**
- **Concursos**
- **Altres consideracions**

Diapositives cedides per Sergio Solana

GENERALITATS:

- Específiques de Pista Coberta
- Generals que val la pena recordar
- Novetats 2018-19



NOU

125.5:

El JA pot advertir o expulsar a QUALSEVOL PERSONA de la zona de competició, zona d'escalfament, cambra de requeriments i zona d'entrenadors quan estigui actuant de forma antiesportiva o inapropiada, o que estigui facilitant assistència no permesa als atletes.

NOU

126.2:

Els jutges poden canviar qualsevol decisió presa per ells si fou errònia, sempre que la nova decisió sigui encara aplicable.

Exple: jutge s'equivoca de bandera i aixeca blanca en un nul.

RECORDATORI

**126 (comentari):
Davant del dubte, no sancionarem.**

**Exple: crec que ha trepitjat la línia interna en corba,
però no n'estic segur.**



RECORDATORI

127:

Els jutges auxiliars seran col·locats pel JA (o pel cap d'auxiliars, però no pel DR).

PISTA COBERTA

Generalment es col·locaran FORA de la pista (en PC).

NOU

142.3:

NO es permet canvis d'ordre en la DARRERA RONDA d'un concurs (excepte combinades) [abans sí que es podia si eren 3 rondes].



NOU

143.7:
UN DORSAL només en salts.

RECORDATORI

2 dorsals a la resta de proves... a la pràctica no ho fem.

CIRCULAR FCA → OBLIGATORI 2 DORSALS EN MARXA
MARXA: no malles, no genolleres

216:
Claus màxim 6mm.

RECORDATORI

144.1:

Assistència mèdica en pista: EXCLUSIVA pel personal mèdic autoritzat.



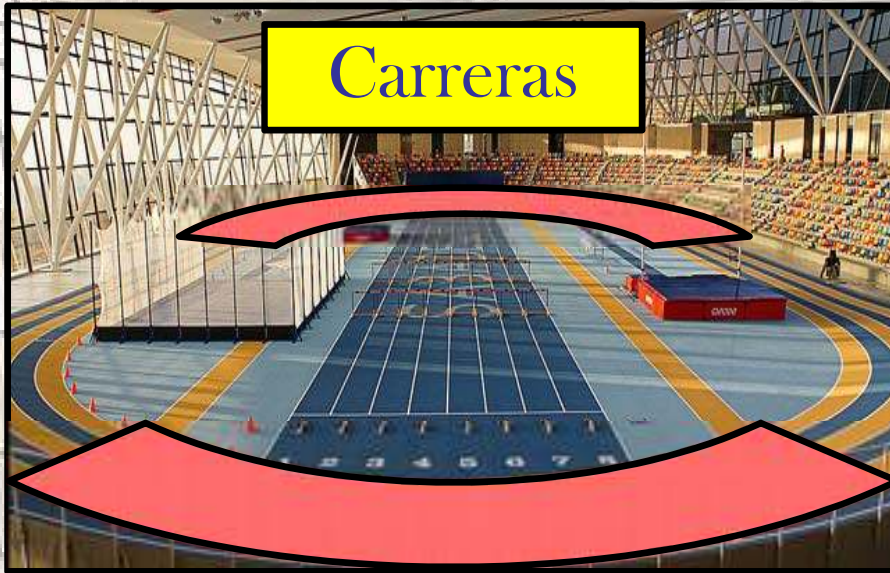
NOU

147.2 + circular RFEA 267/18: proves MIXTES en pista

- Permeses (si prova aprovada per FCA)
- En curses < 1500 < 6 atletes d'un sexe.
- En curses ≥ 1500 < 7 atletes d'un sexe.
- DQ si un sexe fa de llebre a un altre.
- Vàlid per a mínimes RFEA.
- No vàlid per a RE (curses)
- Classificació separada (concursos)
- Indicar M/F (curses)
- Única cadència
- Ordre concursos decidit per jutges

Zonas de competición

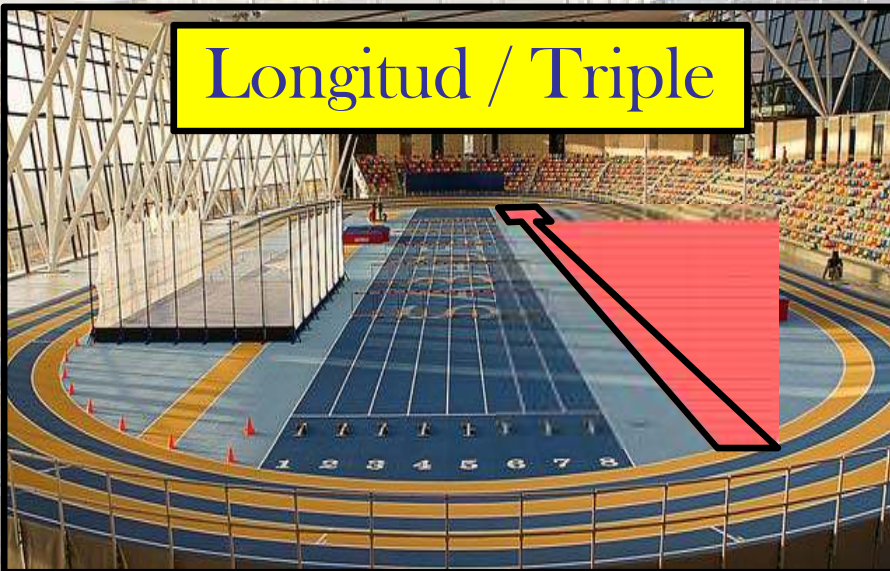
Carreras



Pista recta



Longitud / Triple

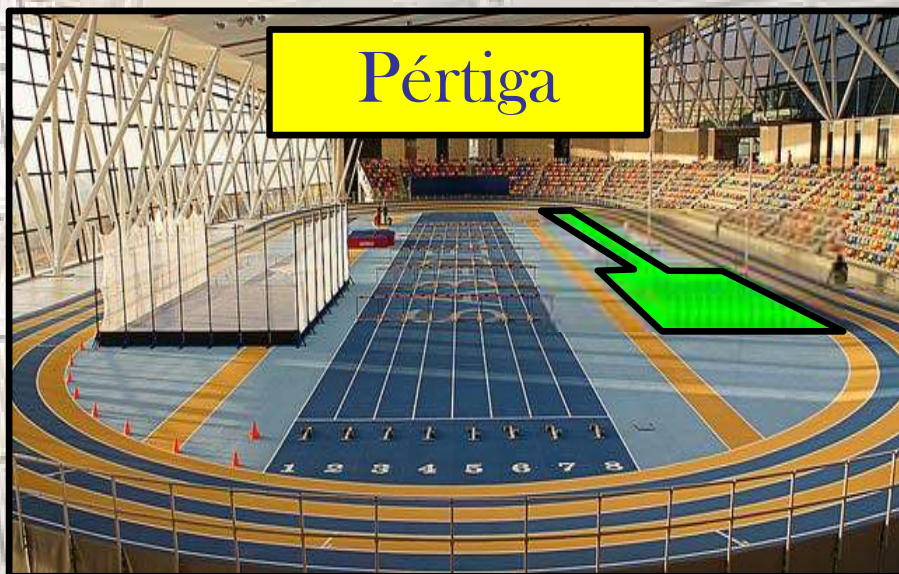


Lanz. Peso



Zonas de competición

Pértiga



Altura

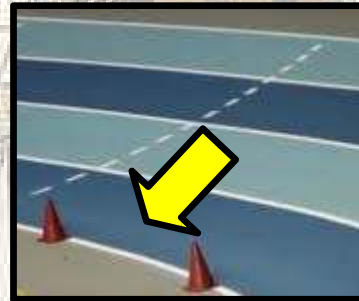


Jueces de tráfico



Carreras

No suele haber bordillo interior y se sustituye por conos ($h \geq 15\text{cm}$) cada 1,5 m máximo en las curvas y 10 m máximo en las rectas (para prevenir que ningún atleta corra sobre o fuera de la línea)



Peralte en las curvas
que incita a ir
hacia el interior
de la pista



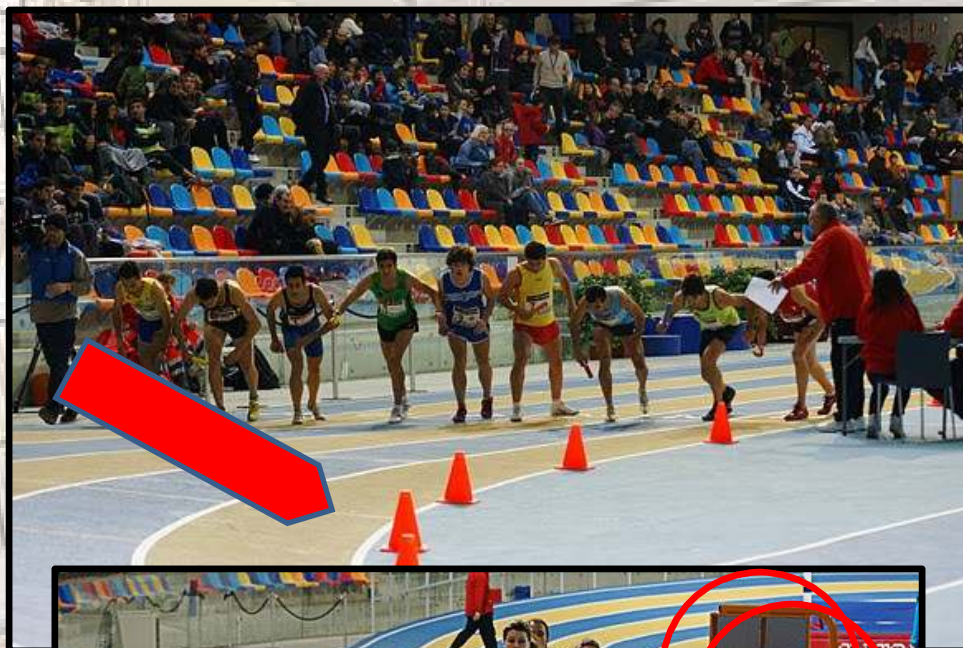
Empujones,
caídas, etc.

Ancho de calle más estrecho que en aire libre (0,90 m mínimo – 1,10 m máximo)



Carreras

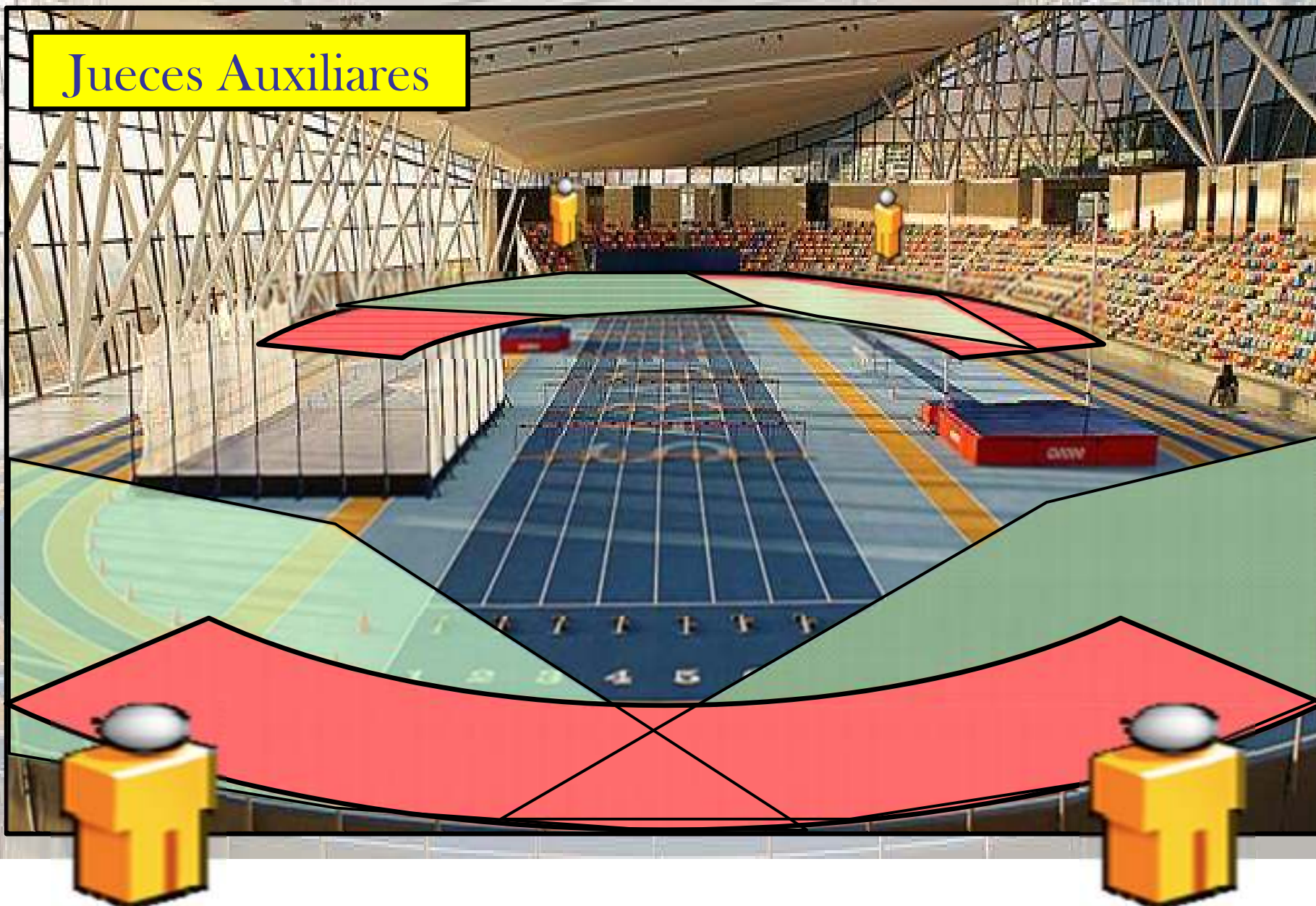
Cuentavueltas



Situación en el interior de la pista,
sentados y dejando una buena
visibilidad a los atletas (marcador)

Carreras

Jueces Auxiliares



Carreras



Carreras

Calle libre

2 zonas de calle libre

$300P^2$, $600P^1$, 800^1 , 4×200^3 , 4×800^1

400^2 , 4×400^2



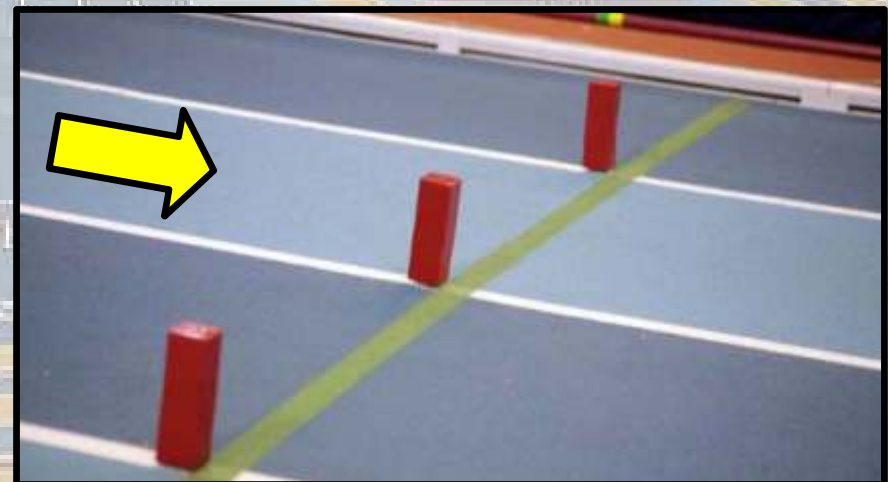
Carreras



Una buena colocación es primordial para obtener una visualización correcta de todas las calles / atletas

Colocarse en línea con la línea de calle libre puede no ser buena idea

La situación de los conos o prismas para ayudar a los atletas a identificar la línea de calle libre es justamente antes de la intersección con la línea de cada una de las calles de la pista



Carreras

Relevos



Carreras



Mantener controlados a todos los miembros de cada uno de los equipos participantes, y distribuirlos

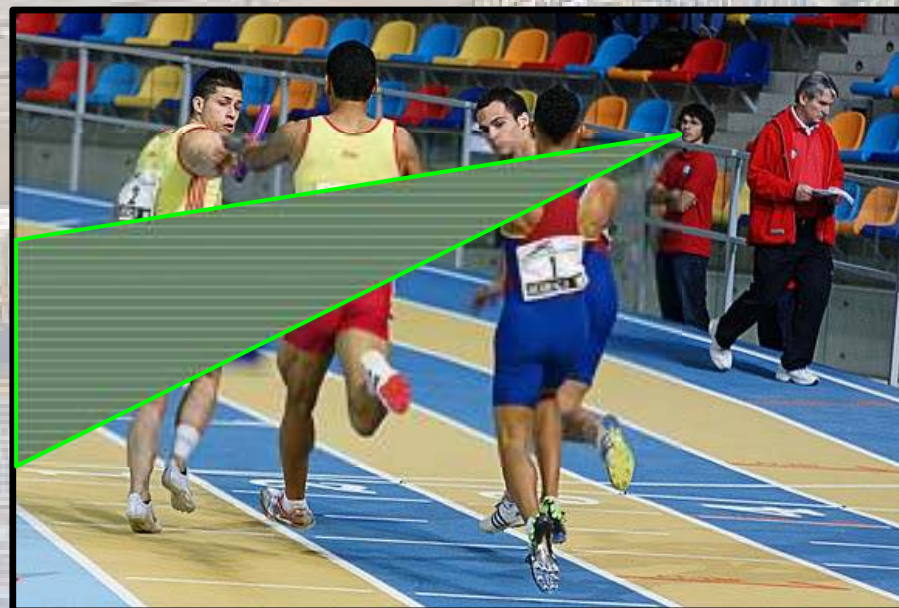
Realizar una breve explicación del desarrollo de la carrera, previa al comienzo de la cursa puede EVITAR CONTRATIEMPOS



Carreras



Transferencia
por calles



Transferencia
por calle libre

Situarse en la línea de inicio / final de la zona de transferencia, de forma que se obtenga un ángulo de visualización idóneo donde podamos observar una correcta transferencia del testigo

Carreras



Colocar a los atletas en línea según vayan pasando por el inicio de la curva al final de la contrarrecta

COMPLICACIÓN debido a que el tiempo de colocación se reduce (12'') al disminuir la distancia en 100 m



Carreras



Colocar a los atletas
SIN PERDER TIEMPO y
salirse lo antes posible de la zona

Situarse a ambos lados de la línea de
inicio / final de zona, para visualizar
perfectamente la correcta transferencia
del testigo y posibles cambios de orden



Carreras

Full d'incidències



COMITÈ DE JUTGES

FULL D'INCIDÈNCIES

COMPETICIÓ: _____

El jutge situat a: _____

Informació comença per l'atleta: Dorsal _____ Proves _____ Sèrie _____ Carrer _____

___ Advertència o exclusió per conducta incorrecta.	Article 125.5
___ Ha realitzat sortida falsa.	Article 162.7
___ Ha passat a carrer lliure abans de la senyalització. (Cursa amb sortida dividida)	Article 162.10
___ Ha empès a l'atleta dorsal _____	Article 163.1
___ Ha obstruït el pas a l'atleta dorsal _____	Article 163.2
___ Ha corregut fora del seu carrer a la recta o corba.	Article 163.3
___ Ha corregut per la línia interior del seu carrer a la corba.	Article 163.5
___ Ha passat a carrer lliure abans de la senyalització. (800-800)	Article 163.5
___ Ha abandonat voluntàriament la pista de carreres.	Article 163.6
___ Ha arrossegat el peu per sota el pla horitzontal de la tanca.	Article 168.7
___ Ha tirat deliberadament la tanca amb _____	Article 168.7
___ No ha passat una tanca.	Article 168.7
___ No ha passat un obstacle.	Article 169.7
___ Li ha caigut el testimoni i no el recull l'atleta que el porta.	Article 170.6
___ Ha rebut el testimoni abans de la zona de transferència.	Article 170.7
___ Ha rebut el testimoni després de la zona de transferència.	Article 170.7
___ Ha obstruït a un altre atleta. (Relleus)	Article 170.8
___ Ha passat a carrer lliure abans de la senyalització. (4x200-4x400)	Article 170.13
___ Ha corregut abans de la zona de transferència.	Article 170.19
___ Ha canviat la posició al començament de la zona de transferència.	Article 170.20
___ Ha realitzat segona sortida falsa. (Proves Combinades)	Article 200.8c
___ Ha passat a carrer lliure abans de la senyalització. (500-400 PC)	Article 214.6b
___ Ha passat a carrer lliure abans de la senyalització. (800-800 PC)	Article 214.6c
___ Ha passat a carrer lliure abans de la senyalització. (Cursa amb sortida dividida PC)	Article 214.6d
___ Ha passat a carrer lliure abans de la senyalització. (Relleus PC)	Article 218.1
___ Ha corregut abans de la zona de transferència. (Relleus PC)	Article 218.1
___ Ha canviat la posició al començament de la zona de transferència. (Relleus PC)	Article 218.4

Desqualificat: SI NO

Data:

Hora:

Nom i signatura del jutge

Vist i pleu del jutge Àrbitre

FULL D'INCIDÈNCIES

COMPETICIÓ: _____

El Jutge situat a: _____

Infracció comesa per l'atleta: Dorsal _____ Prova _____ Sèrie _____ Carrer _____

- _____ Advertència o exclusió per conducta incorrecte. Article 125.5
- _____ Ha realitzat sortida falsa. Article 162.7
- ☒ Ha passat a carrer lliure abans de la senyalització. (Cursa amb sortida dividida) Article 162.10
- _____ Ha empès a l'atleta dorsal _____. 163.2

NO IMPORTA si la incidencia es observada por algún otro juez que se encuentre en algún concurso, por ejemplo.

Desqualificat: SI NO

Data:

Hora:

Nom i signatura del Jutge

Vist-i-plau del Jutge Àrbitre

Carreras

DESARROLLO DE LAS CARRERAS

Carreras de 400 m o menos, cada atleta tendrá una calle individual en la salida

Carreras hasta 300 m inclusive, se correrán
enteramente por calles individuales
PROMOCIÓ 300: 2 corbes+carrer lliure

200 m

Carreras

DESARROLLO DE LAS CARRERAS

Carreras superiores a 300 m y menores de 800 m, se iniciaran y continuaran por **calles individuales** hasta el final de la 2ª curva

PROMOCIÓN 600: 1 corba+carrer lliure

Salida

Meta

400 m



Carreras

DESARROLLO DE LAS CARRERAS

En las carreras de 800 m, a cada atleta se le puede asignar una calle individual a la salida (2 atletas máximo p/calle), o puede realizarse salida directa a calle libre



Carreras

DESARROLLO DE LAS CARRERAS - Relevos

Zona
transferencia
de

Salida

Todo el primer relevo y la primera curva del segundo
se correrán **enteramente** por calles individuales

4x200 m

Carreras

DESARROLLO DE LAS CARRERAS - Relevos

Zona de
transferencia

Todo el primer relevo y la primera curva del segundo
se correrán **enteramente** por calles individuales

4x200 m

Carreras

DESARROLLO DE LAS CARRERAS - Relevos

Zona de
transferencia

4x200 m



Carreras

DESARROLLO DE LAS CARRERAS - Relevos

● Meta

4x200 m



Carreras

DESARROLLO DE LAS CARRERAS - Relevos

Salida

El primer relevista correrá enteramente por calles individuales hasta el final de la segunda curva

4x400 m

Carreras

DESARROLLO DE LAS CARRERAS - Relevos

Zona de
transferencia

4x400 m



Carreras

DESARROLLO DE LAS CARRERAS - Relevos

Meta

4x400 m



Carreras

DESARROLLO DE LAS CARRERAS - Relevos

Salida

El primer relevista correrá enteramente por calles individuales hasta el final de la primera curva

4x800 m

Carreras

DESARROLLO DE LAS CARRERAS - Relevos



Carreras

DESARROLLO DE LAS CARRERAS - Relevos

Zona de
transferencia

4x800 m



Carreras

DESARROLLO DE LAS CARRERAS - Relevos

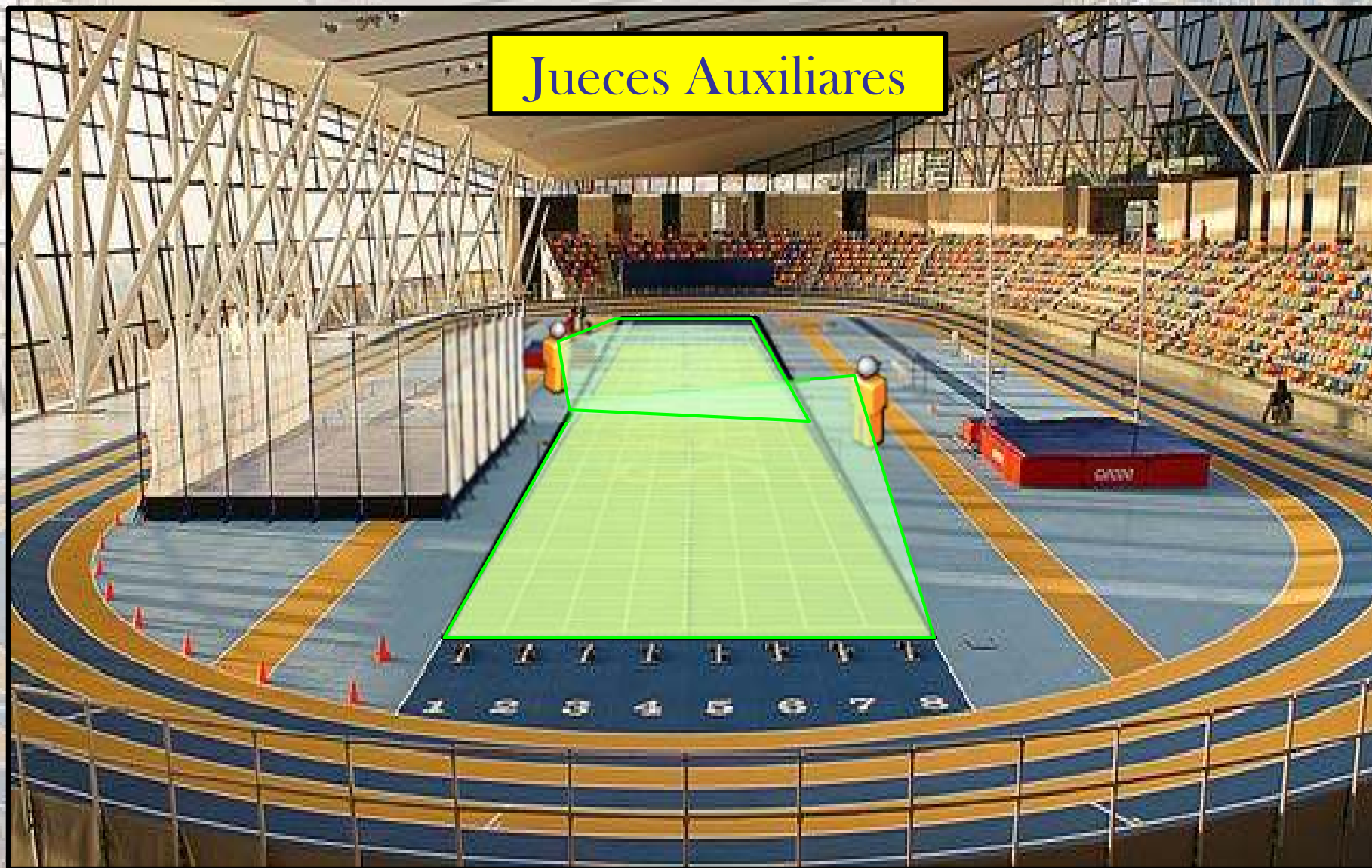
Meta

4x800 m



Pista recta

Jueces Auxiliares



Pista recta



Pista recta

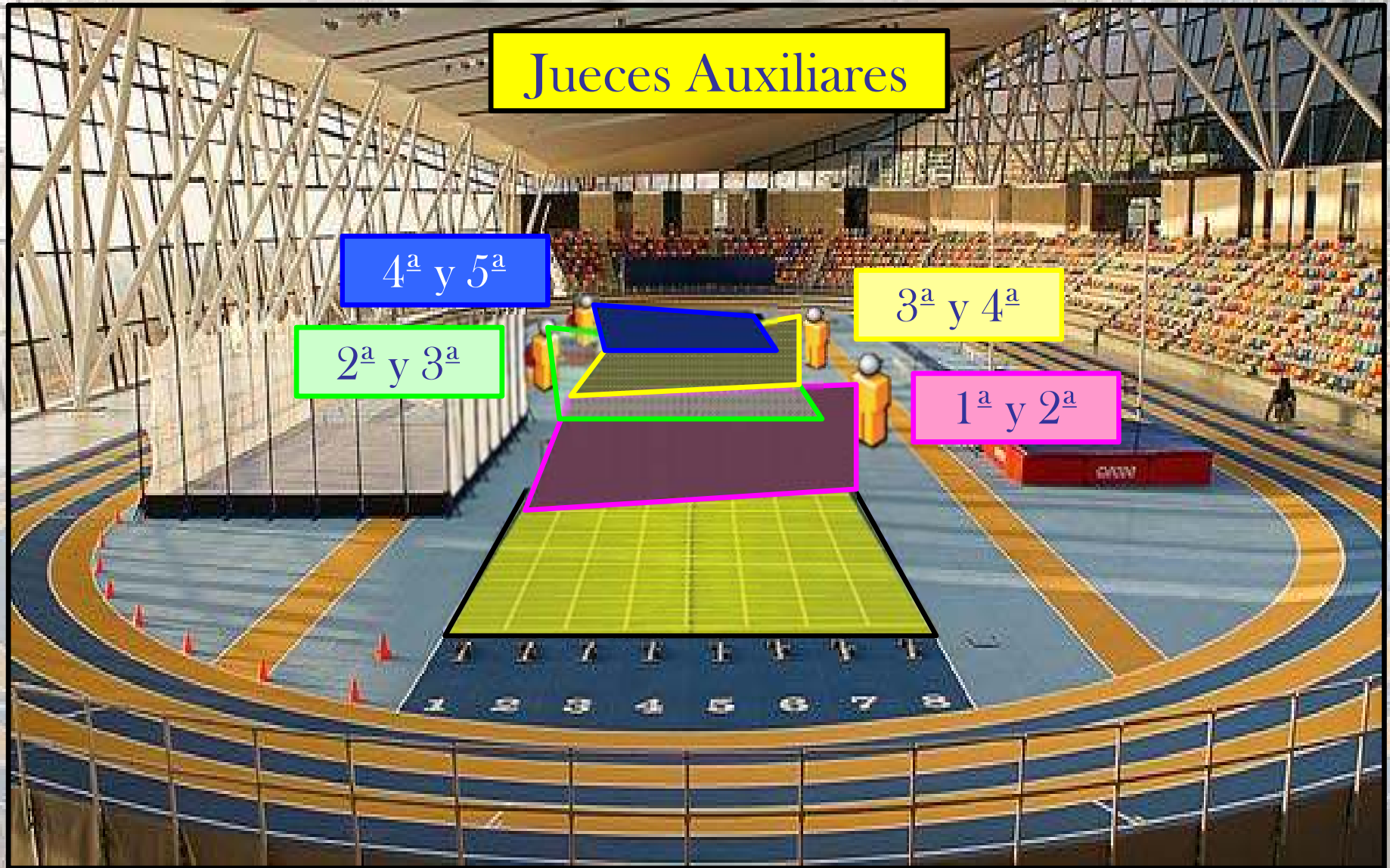
Jueces Auxiliares

4^a y 5^a

2^a y 3^a

3^a y 4^a

1^a y 2^a



Pista recta



Pista recta



NOU

161.1:

La part posterior de l'estructura del tac de sortida pot envair el carrer exterior mentre no obstrueixi a un altre atleta [és l'única part, i només en aquestes condicions, que qualsevol part del tac pot sortir del seu carrer]

RECORDATORI

162.3:

Es pot sortir (en “llestos”) amb els 2 genolls al terra.

No es pot tocar la línia de sortida ni davant d'ella ni amb peus ni amb mans [per tant SÍ amb qualsevol altra part, per exemple una cua de cabell]

NOU

162.5:

Ja NO es mostra tarja verda després d'una groga en una sortida

NOU

168.6:

Un atleta que faci caure o desplaci, directament o indirecta, la tanca d'un altre carrer serà DQ, a no ser que no afecti a l'altre corredor.



NOU

Circular FCA 1/2018:

Si un marxador surt amb malles/genolleres o sense 2 dorsals → JA DQ.

En sub'12 i sub'10 JCM pot DQ en qualsevol moment de forma directa.

CONCURSOS



NOU

180.5:

Si un atleta salta o llança quan no li toca pot ser advertit (groga) pel JA. En aquest cas, l'intent es tindrà en compte, tant si és nul com no.



NOU

**180.17:
TEMPS INTENTS (> 3 atletes o 1r intent):**

**30''
(perxa 1')**

Rècord d'un únic atleta que hagi guanyat la competició: 4' (alçada) – 6' (perxa) (3' i 4' en combinades)

RECORDATORI

187.4:

No està permès posar cap substància en els cercles o a les sabatilles (llançaments), ni fer rugós el cercle.

NOU

Si l'atleta ho fa, els jutges li demanaran que ho netegi/arregli. Si no ho fa, no llançarà i es donarà nul. Si ja ha llançat el JA decidirà. En casos greus es poden prendre mesures disciplinàries. [idem aplicable en artefactes si no és fàcilment netejable amb una baieta humida]

NOU

187.14:

Es pot fregar fora del cercle de pes (exclusivament en la zona posterior) en la 1a rotació



Longitud / Triple



Longitud / Triple



No perder el contacto visual del atleta en su caída

MUY IMPORTANTE
la correcta nivelación
de la arena del foso

Jueces situados en el interior de la pista,
sentados y en línea con la tabla de batida



Longitud / Triple



Entrar a medir por detrás de la huella dejada por el atleta



MEDICIÓN INDIRECTA
Cuidado con el pincho y su posterior retirada

¡ATENCIÓN! Hay que tener cuidado en comenzar a medir donde empieza el "0" de la cinta.



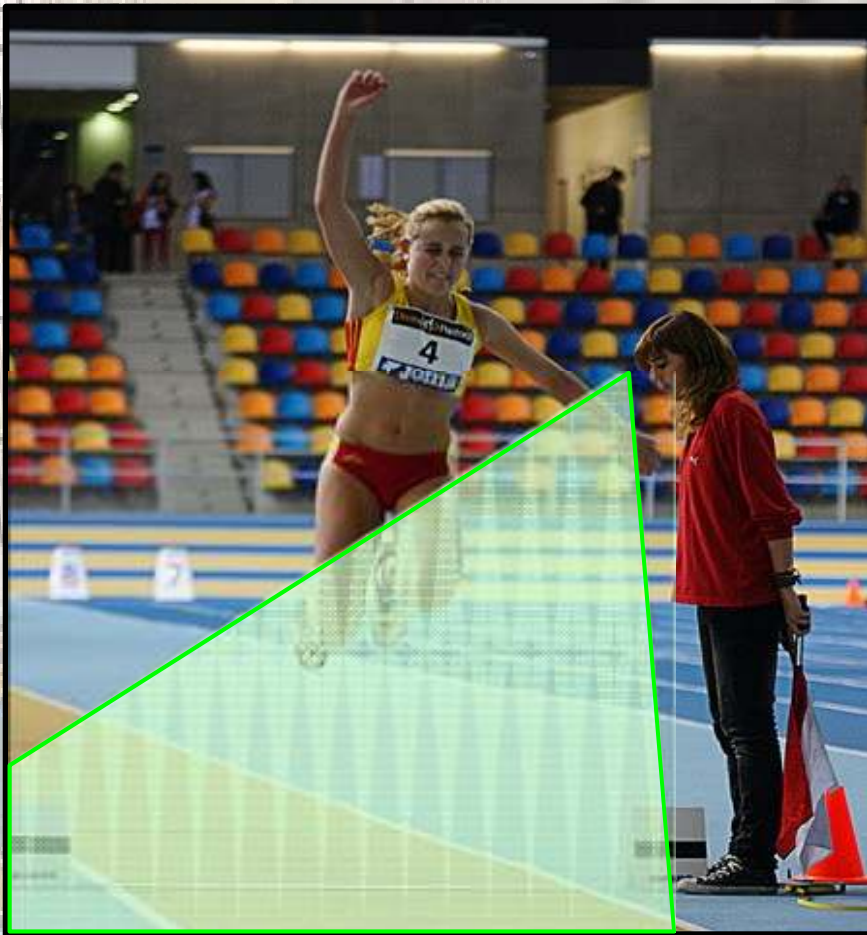
Longitud / Triple



Una vez el atleta haya saltado, y debido a las limitaciones de espacio que presenta la PC, hay que estar muy pendientes de que los atletas regresen hacia la zona de atletas sin obstruir el paso a otros atletas (anillo exterior o pista recta)



Longitud / Triple



No solo visualizar la batida de impulso ...

sino también los
pasos intermedios

Longitud / Triple



Varias tablas de batida
(máximo 2 tablas excepto en
competiciones de veteranos - 3)

El número de tablas de batida
y su colocación (distancia al
foso de caídas) se decide antes
del comienzo de la competición

Se darán preferencia a las
distancias oficiales de tablas
de batida (11 y 13 m)

Se ha de tener especial atención al cambio de tablas durante las diferentes rondas de saltos (intentos), ya que el orden de sorteo es inamovible para ordenar a los atletas según la tabla de batida que quieran utilizar



Longitud / Triple

Los atletas pueden cambiar de tabla de batida sin ningún problema y tantas veces como necesiten, ya sea avisando con tiempo al secretario o durante el tiempo que el atleta tenga para realizar el salto

TRIPLE (infantil)
Carrera máxima de 15 m

Lanzamiento de Peso



Lanzamiento de Peso



Jueces situados próximos
al círculo de lanzamientos

Jefe situado de forma
que tenga una correcta
visualización tanto del
cuello / artefacto, como
de los pies del atleta

ESPECIAL ATENCIÓN con los atletas que sean zurdos
(cambio de posición respecto al círculo de lanzamientos)

Lanzamiento de Peso



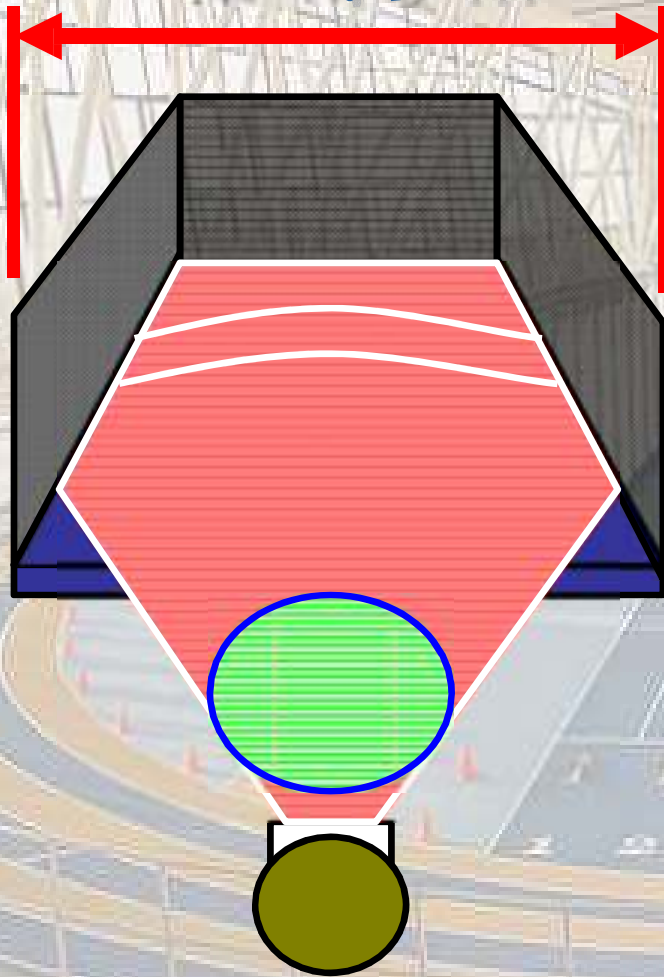
No perder en ningún momento el contacto visual de la caída (huella) del artefacto lanzado en el sector

El sector de caída se compone de varias colchonetas de plástico duro donde la huella dejada por el artefacto lanzado permanece visible durante un periodo de tiempo limitado (**rapidez en la medición**)

**LIMITACIÓN DEL
SECTOR DE CAÍDAS**

Lanzamiento de Peso

Mín. 9 m

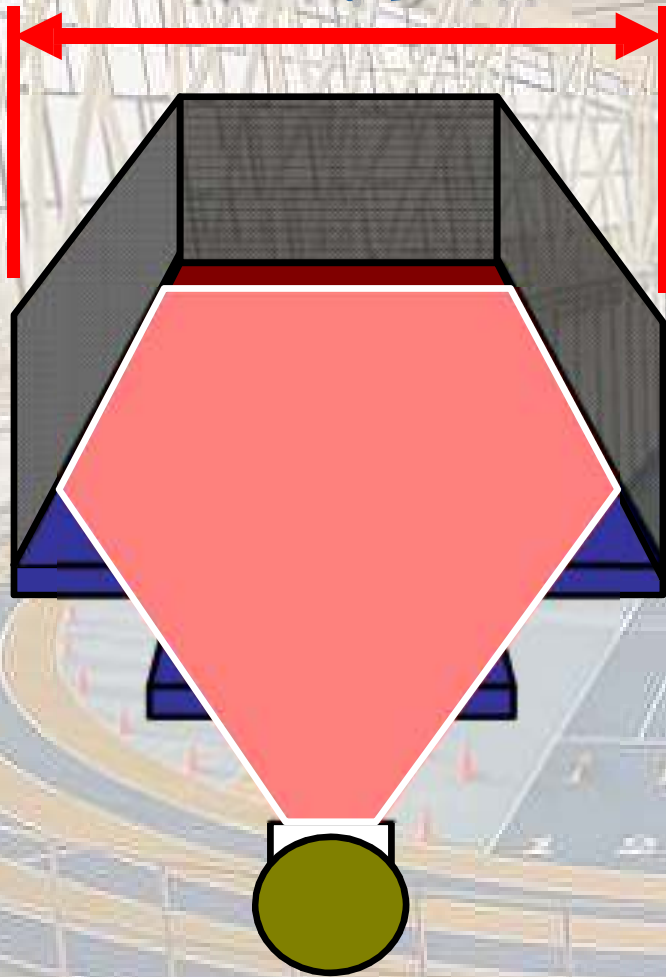


Si un artefacto choca con la red de protección antes de impactar con las colchonetas del sector de caídas, se considerará como **NULO**

Si un artefacto cae dentro del sector de caídas pero lo hace antes de alcanzar las colchonetas de plástico, se considerará como **NULO**

Lanzamiento de Peso

Mín. 9 m



Categorías inferiores



Lanzamiento de Peso

NO se permitirá poner ninguna sustancia en el circulo o zapatillas

Con el fin de obtener un mejor agarre, se permite a los atletas el empleo de una sustancia apropiada en sus **manos** y en su **cuello**

Además, los atletas pueden colocar en el **artefacto** tiza o una sustancia similar que se quite con facilidad y **no deje contaminación** en el artefacto



Lanzamiento de Peso

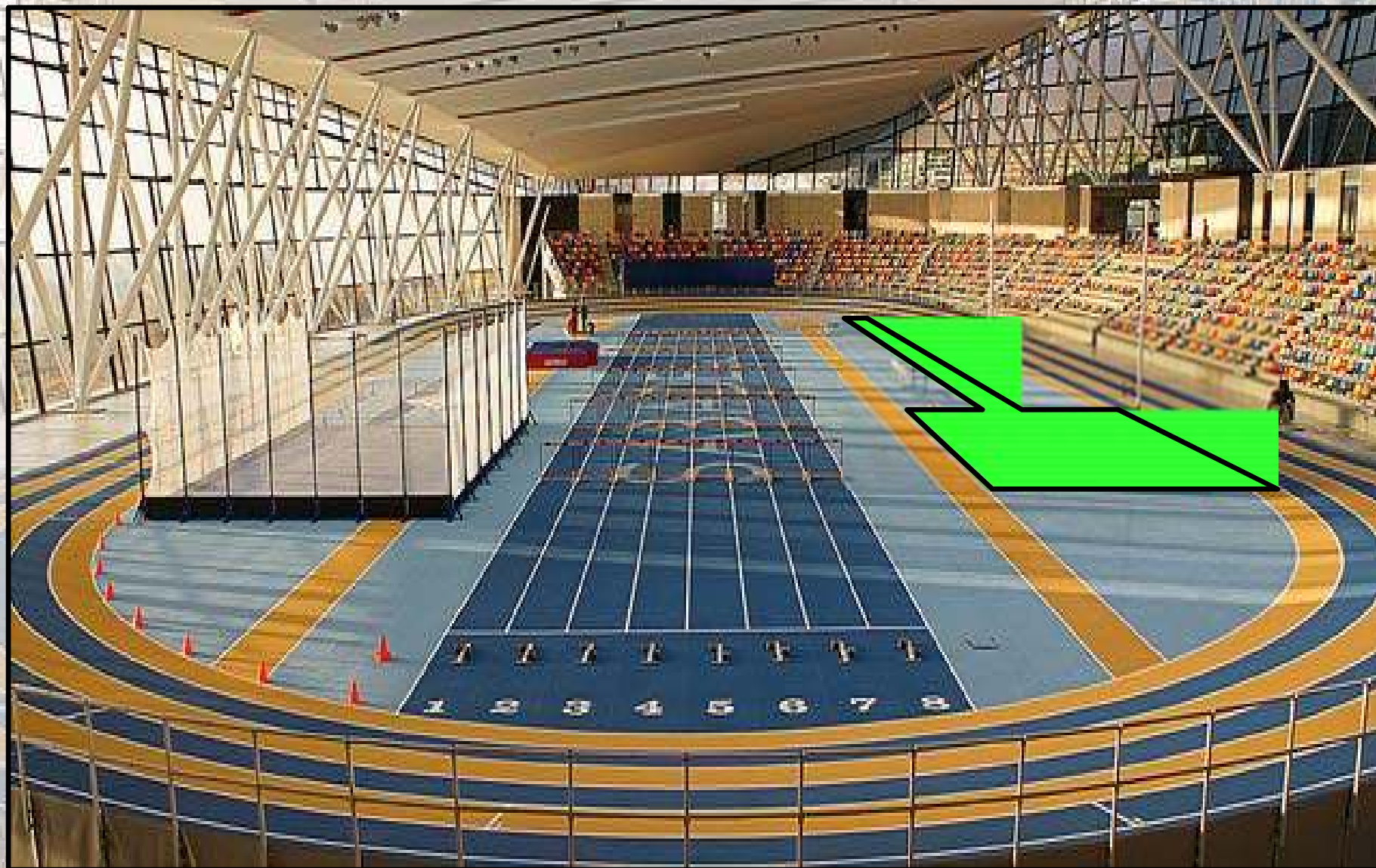


No se permitirá a los atletas utilizar instrumento o dispositivo alguno de cualquier clase que sea -como, por ejemplo, atarse dos dedos o más con cinta o esparadrapo o utilizar pesos adheridos al cuerpo- que, en alguna forma, les sirvan de ayuda durante la ejecución del lanzamiento.

Si el esparadrapo se utiliza sobre manos y dedos, este vendaje puede unir dos dedos o más con la condición de que esta acción tenga por resultado que los dedos puedan moverse individualmente. El vendaje deberá mostrarse al Juez Jefe antes del comienzo de la prueba.



Pértiga



Pértiga



Jueces situados en el interior de la pista, sentados y próximos al pasillo de toma de impulso

Jefe situado de forma que tenga una adecuada visión del cajetín de pértiga

Preguntar a los atletas antes del inicio de la prueba, la altura a la que empezaran a saltar y la profundidad del listón



Los atletas pueden cambiar la profundidad sin ningún problema y tantas veces como necesiten, ya sea avisando con tiempo al secretario o durante el minuto de tiempo que el atleta tenga para realizar el salto



Se notificará la profundidad a los atletas mediante un indicador

Pértiga



Una vez que quede un solo atleta en competición, y **éste sea el ganador**, puede escoger la altura de listón ...

OJO en competiciones de clubes y de pruebas combinadas

ESPECIAL ATENCIÓN
a las limitaciones de espacio de la pista cubierta (atletas y jueces)



Pértiga



Después de soltar la pértiga a nadie, incluido el atleta, se le permitirá tocarla, a menos que esté cayendo apartándose del listón o de los saltómetros. Sin embargo, si alguien la tocara y el Juez Árbitro considerase que, si no fuera por dicha intervención, se hubiera producido el derribo del listón, el salto será registrado como nulo.

Si durante el salto, el atleta sujeta, estabiliza o recoloca el listón con su mano para impedir la caída del listón, se considerará como **NULO**

Si a un atleta se le rompe la pértiga al hacer un intento no se le contará como salto nulo y se le concederá al saltador un nuevo intento.



Pértiga

Durante la competición se permite a los atletas que impregnen sus manos o la pértiga con una sustancia, a fin de obtener mejor sujeción



Se permite el uso de guantes

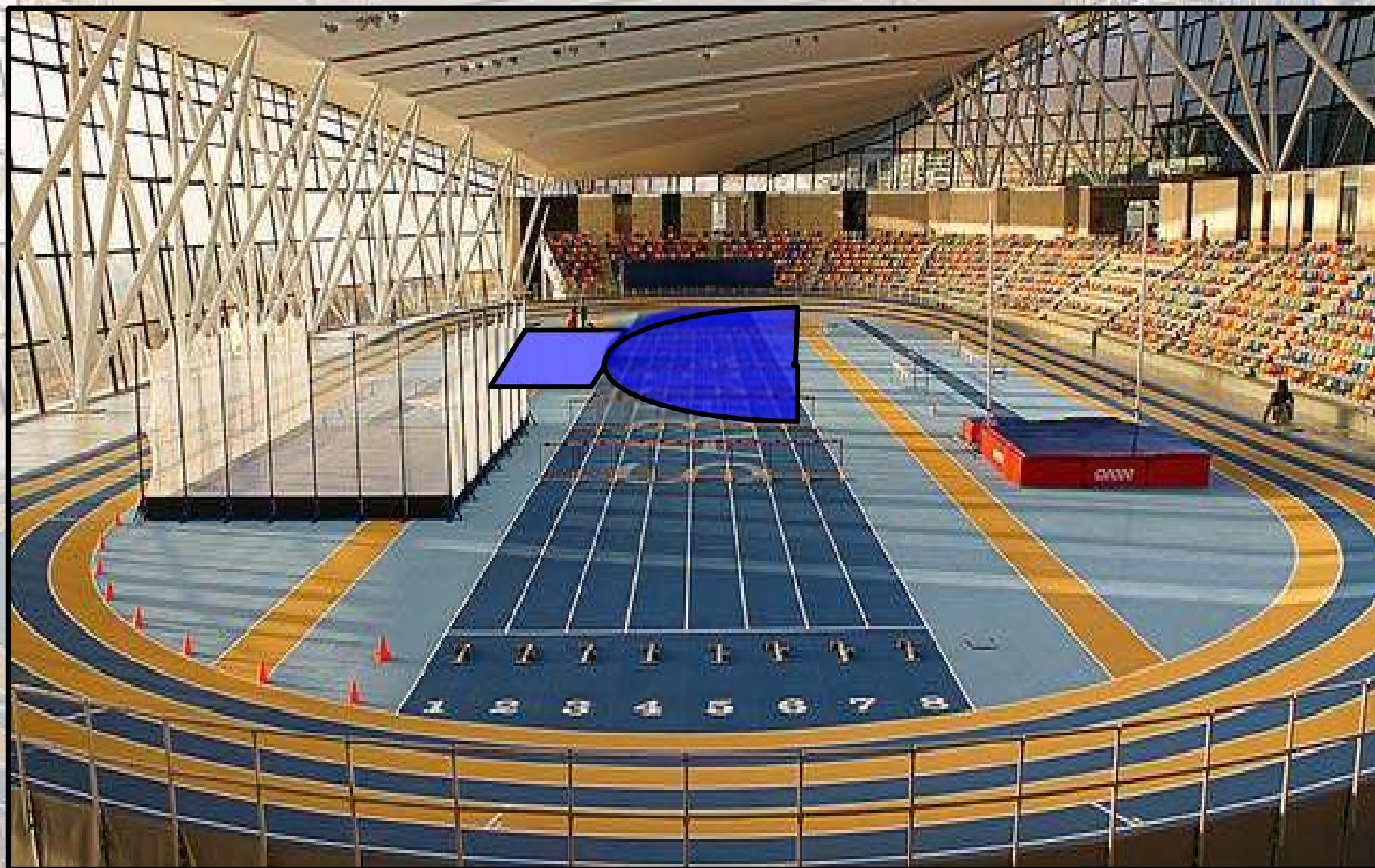
Pértiga



La pértiga puede estar cubierta por capas de cinta adhesiva a nivel de la extremidad de la zona de agarre (para proteger la mano) y de cinta adhesiva y/ u otro material apropiado a nivel del extremo de su parte inferior (para proteger la pértiga).

La cinta adhesiva en la extremidad de la zona de agarre debe ser uniforme, exceptuando el forzoso solapamiento de capas, y no debe provocar una modificación súbita del diámetro, tal que conlleve la aparición de un anillo sobre la pértiga.

Altura



Altura



Jueces situados en el interior de la pista, sentados y próximos a la colchoneta de protección

Jefe situado en línea con el listón (línea de "0") de forma que tenga una adecuada visión

Preguntar a los atletas antes del inicio de la prueba, la altura a la que empezaran a saltar



Altura

Una vez que quede un solo atleta en competición, y éste sea el ganador, puede escoger la altura de listón ...

OJO en competiciones de clubes y de pruebas combinadas

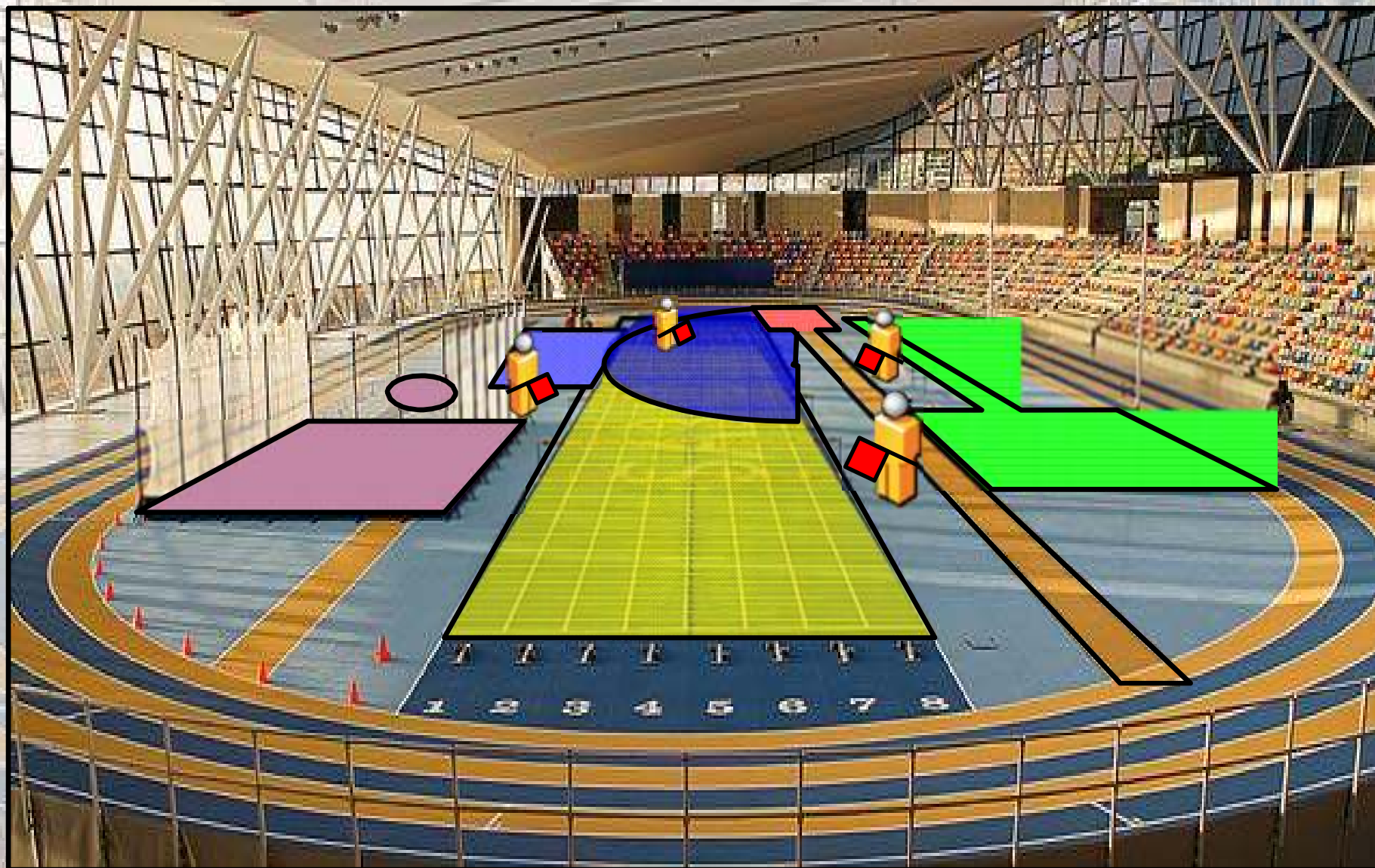
Empates

(Saltos verticales: Pértiga - Altura)

Atletas	Alturas							Nulos	Saltos de desempate			Posición
	1,75	1,80	1,84	1,88	1,91	1,94	1,97		1,91	1,89	1,91	
A	O	XO	O	XO	X	XX		2	X	O	X	2º
B	—	XO	—	XO	—	—	XXX	2	X	O	O	1º
C	—	O	XO	XO	—	XXX		2	X	X		3º
D	—	XO	XO	XO	XXX			3				4º

El salto de desempate se hará sobre la altura, conforme al Artículo 181.1, después de la que sea la última franqueada por los atletas implicados.

Jueces de tráfico



Jueces de tráfico

Debido a las limitaciones de espacio presentes en una pista cubierta (atletas, jueces, auxiliares, fotógrafos, etc.), y a la simultaneidad de pruebas dentro del anillo exterior, es necesaria la figura de algún juez que regule la circulación y el inicio de los intentos de los atletas

Esto puede acarrear una variación en los tiempos de los intentos



MUCHA CONCENTRACIÓN para evitar incidentes

ALTRES CONSIDERACIONS

- Esquema actuació
- Cambra de requeriments
- El jutge d'atletisme

ESQUEMA ACTUACIÓ

- Designació: FCA (Sergi Dolz o delegats)
- Compartir cotxe (segons designació). Tiquets.
- Uniformitat
- Presentar-se a DR: mínim 30' abans
- Quarto de jutges
- Accés a pista
- Comportament en pista (mòbils, menjar, grups, bosses...)
- Horari accés a competició. Comprovacions
- Entrada atletes a zona competició

ESQUEMA ACTUACIÓ

- **Competició**
- **Problemes: DR o JA**
- **Revisió i signatura resultats**
- **Recollida i abandonament pista**
- **Fi (DR)**
- **Cobrament**

CAMBRA DE REQUERIMENTS

- **OBLIGATÒRIA**
- **Comunicació amb secretaria (telèfon, impressora)**
- **Comprovar dorsals, identitat i sèries**
- **Comprovar indumentària. JA no DQ per vestimenta.**
- **Comprovar claus (si es pot)**
- **Comprovar articles prohibits (si es pot)**
- **En horari**
- **No fer sortir atletes si encara es fa altra sèrie**
- **Coordinar-se amb responsables prova** (segons competició)

EL JUTGE D'ATLETISME

- S'assegura que **es compleix el reglament**.
- Fa que la competició sigui **més justa** per a tots els participants, evitant i resolent conflictes.
- Es limita a **aplicar el reglament** (encara que pugui estar en desacord amb alguna norma).
- Estarà atent a les **modificacions del RIA**
- Serà sempre **imparcial**, evitant favoritismes, influències o pressions de tota mena.
- **En cas de dubte no sancionarà.**

EL JUTGE D'ATLETISME

- **Acceptarà les decisions dels seus superiors** (encara que no les comparteixi)
- **En cas de dubte**, consultar al JA o a un company més experimentat
- En qualsevol circumstància serà **educat i col·laborarà** el possible en el bon desenvolupament de la competició.
- Tractarà amb **respecte** als atletes, entrenadors, auxiliars, companys, etc, però alhora mantindrà una **actitud ferma**.

EL JUTGE D'ATLETISME

- **Evitarà qualsevol mena de protagonisme i actuarà de forma discreta.**
- **Adoptarà una actitud professional**
- **Prioritzarà la seguretat**
- **Ha d'actuar en l'horari previst, en la prova designada i amb l'uniforme oficial.**

Comentaris?
Preguntes?



Gràcies per la vostra atenció!!!