

## **16è CAMPIONAT DE CATALUNYA PROMESA EN PISTA COBERTA**

La Federació Catalana d'Atletisme organitza el dia 30 de gener del 2011 a Sabadell, el 16è CAMPIONAT DE CATALUNYA PROMESA INDIVIDUAL, segons el Reglament que figura en la **NORMATIVA GENERAL PISTA COBERTA**.

- a) Poden participar tots els atletes d'aquesta categoria que, tenint llicència degudament tramitada per a aquesta temporada a la Federació Catalana d'Atletisme, assoleixin un dels llocs de participació que s'indiquen a continuació :

60 m.ll.	16	60 m.t.	16
200 m.ll.	12	Alçada	8
400 m.ll.	12	Perxa	8
800 m.ll.	12	Llargada	8
1.500 m.ll.	12 (*)	Triple	8
3.000 m.ll.	12 (*)	Pes	8

(\*) conjuntament amb la 4a i 5a jornada del Control Absolut (23 de gener).

Aquests llocs s'assoleixen mitjançant un Ranking que es farà entre les inscripcions rebudes.

Els clubs hauran d'inscriure els atletes interessats en participar-hi amb la millor marca aconseguida fins el dia 23 de gener del 2011. Els tres primers del Ranking a l'aire lliure de 2010 podran participar-hi automàticament, sempre que el seu club els hagi inscrit. (A les proves de 60 m.ll. i 60 m.t. classifiquen els 3 primers de 100 i 110/100 m.t., i a la prova de 3.000 m.ll. els tres primers de 5.000 m.ll.).

Així mateix, els clubs poden sol·licitar autorització per a atletes que es trobin en situacions especials, la participació dels quals serà decidida per l'Àrea Tècnica de la FCA.

- b) La data màxima per fer les inscripcions (a través del programa "INTRANET") serà el dia 24 de gener. A partir del dimecres 26 de gener la FCA informarà a través de la seva pàgina web ([www.fcatletisme.cat](http://www.fcatletisme.cat)) els atletes classificats.

\* Per a les proves de 1500 i 3000 la data màxima per fer les inscripcions (a través del programa "INTRANET") serà el dia 17 de gener. A partir del dimecres 19 de gener la FCA informarà a través de la seva pàgina web ([www.fcatletisme.cat](http://www.fcatletisme.cat)) els atletes classificats.

## HORARI I ORDRE DE PROVES

### 30 de gener de 2011 – Sabadell

11.00 h.	60 m.t.	s/f	M		Pes F	Llargada M
11.15	60 m.t.	s/f	F			
11.30	60 m.ll.	s/f	M	Perxa F		
11.40	60 m.ll.	s/f	F			
12.05	400 m.ll.	s/f	F		Alçada M	
12.20	400 m.ll.	s/f	M			Llargada F
12.45	60 m.t.	f	F			
12.55	60 m.t.	f	M			
13.05	60 m.ll.	f	F			
13.10	60 m.ll.	f	M			

16.30 h.				Perxa M	Alçada F	Triple F
17.00	200 m.ll.	s/f	F			
17.15	200 m.ll.	s/f	M			
17.30	400 m.ll.	f	F			
17.40	400 m.ll.	f	M		Pes M	Triple M
17.50	800 m.ll.	f	F			
18.00	800 m.ll.	f	M			
18.10	200 m.ll.	f	F			
18.15	200 m.ll.	f	M			

\* Les proves de 1.500 i 3.000 m.ll. es disputaran el dia 23 de gener de forma conjunta amb la 4a i 5a jornada del Control Absolut, amb següent horari:

13.05	1.500 m.ll.	f	Promesa M
13.20	1.500 m.ll.	f	Promesa F
19.00	3.000 m.ll.	f	Promesa M
19.20	3.000 m.ll.	f	Promesa F

Recordem que la data límit per fer les inscripcions d'aquestes dues proves serà el dia 17 de gener de 2011.