



DELEGACIÓ D'ATLETISME DE GIRONA

Passeig Antoni Gaudí, 13 Banyoles

Telf : 619 05 67 08

REGLAMENTACIÓ JORNADES PROMOCIÓ 2010 - 2011

- La Delegació Gironina d'Atletisme, a través del C.A.Lloret-la Selva, GEEG, C.A.Figueres, C.N.Olot i del C. A. Palafrugell, comptant amb el suport dels Consells Esportius respectius, organitzen 8 jornades per les categories benjamins alevins, infantils cadets i juvenils atenent a les jornades i horaris que s'especifiquen en full a part. Les dues jornades d'Hivern seran també obertes a la participació d'atletes absoluts.
- El control tècnic anirà a càrrec dels Col·legis Gironí i Català de Judges d'Atletisme.
- Podran participar-hi tots els atletes que ho desitgin que tinguin la llicència federativa o escolar actualitzada per la temporada en curs. Les categories seran les federades, és a dir: absoluts 1988 i anteriors, promeses 1989/90/91, juniors 1992/93, juvenils/es nascuts/des a 1994-95, cadets 1996-97, infantils 1998-99, alevins 2000-01 i benjamins 2002-03.
- Les inscripcions hauran de fer-se a través dels respectius clubs fins al dijous abans de cada jornada per email atletismeisa@yahoo.es. Fent constar NOM I COGNOMS, ANY DE NAIXEMENT, Nº LLICÈNCIA, SEXE i CLUB. Aleshores s'assignarà un número de dorsal a cada atleta. **Cal que cada atleta conservi aquest dorsal assignat per tota la temporada. En cas de pèrdua el club se'n responsabilitza d'obtenir-ne un de nou. En curses caldrà portar-ne dos (un davant i l'altre darrere).** A les successives jornades només caldrà inscriure els atletes que participin per primera vegada i no s'hagin inscrit abans.
- Les reclamacions hauran de fer-se per escrit al Jutge Àrbitre fins 30 minuts després d'haver-se produït l'incident, dipositant la quantitat de 30 €, que seran retornades en cas de fallar-se favorablement.
- Tot allò no previst en el present Reglament es regirà per les normes de la FEDERACIÓ CATALANA D'ATLETISME.
- La sola participació en aquest Campionat implica la total acceptació del present Reglament.

DELEGACIÓ GIRONINA D'ATLETISME

NORMES TÈCNIQUES

Intents als concursos

A tots els concursos s'efectuaran **TRES** intents SENSE MILLORA.

elevacions dels llistons

alçada aleví- benjamí M i F.- 80-90-100-110-115 –120 –123 i de 3 en 3cm

alçada infantil- cadet- juvenil M.- 110-120–130 –135 -140–145–150 i de 3 en 3cm

(alçades de començament: infants-1,10; cadets i juvenils-1,20)

alçada infantil- cadet- juvenil F - 100-110 - 120 – 125 – 130 – 135 - 138 i de 3 en 3 cm

(alçades de començament: infants-1,00; cadets i juvenils-1,10)

perxa femenina.- 120- 140-150 i de 10 en 10 cm.

perxa masculina .- 120- 140-150 i de 10 en 10 cm.

(alçades de començament: alevins-1,20; infants-1,40; cadets i juvenils-1,50)

Les normatives sobre pesos d'artefactes i alçades i col·locacions de les tanques les trobareu a la web de la FCA, en l'apartat de normatives

CONTROLS FCA DE PROMOCIÓ 2010 – 2011

1era Jornada Hivern Girona, dissabte 15 de Gener de 2011

10,00	3000 ABS M	llargada IM	perxa F A-I-C-ABS	pes AF-BF(2kg)
10,15	3000 ABS F			
10,25	60mt IF(0,76)			pes B/AM (2kg)
10,30	60mt CF-JVF(0'76)	llargada IF		
10,40	60mt ABS f(0'84)			pesJV(5),JN(6), ABS M(7,26)
10,45	60mt IM (0'84)	llargada AM-BM		
10,55	60mt CM(0,91)			
	60mt JVM(0,91)			
11,10	60mt JN(1,00)	llargada AF-BF		alçada IM-CM-ABS
11,15	60mt ABS M(1,067)			
11,30	600 CM-IM	llargada CF-ABS F	pes ABS F (4kg)	
11,35	600 CF-IF			
11,40	600 AF-BF			
11,45	600 AM-BM			
12,00	2000 IM			
12,10	2000 IF	llargada CM-ABS M		
12,20	800 ABS F			
12,25	800 ABS M			
12,35	200 ABS F			
12,45	200 ABS M			

Zona Jornada Hivern Palafrugell, dissabte 22 de Gener de 2011

10,00	1500 ABS F	triple CM-ABS M	alçada IF-CF-ABS F	pes IM(3kg)
10,15	1500 ABS M			
10,30	1000 AF-BF			pes IF(2kg)-CF(3kg)
10,40	1000 IM-CM			
10,50	1000 IF-CF			
11,00	1000 AM-BM			
11,15	60mt AF-BF	triple CF-ABS F		pes CM(4kg)
11,20	60mt AM-BM			
11,30	60mll IF		alçada AM-BM	perxa M A-I-C-ABS
11,35	60mll IM			
11,40	60mll CF			
11,45	60mll CM			
11,50	60mll AF-BF			
12,00	60mll AM-BM	triple IM		
12,10	60mll ABS F		alçada AF-BF	
12,20	60mll ABS M			
12,30	300 CF	triple IF		
12,35	300 CM			
12,40	400 ABS F			
12,50	400 ABS M			