

CONTROLS CADET I JUVENIL

La Federació Catalana d'Atletisme organitza els dies 24 i 31 de març, 21 i 28 d'abril, 19 de maig i 9 de juny del 2012 els Controls Juvenil-Cadet en diferents seus a designar.

1.- PARTICIPACIÓ

Podran participar-hi tots els atletes amb llicència tramitada per la Federació Catalana per a aquesta temporada, pertanyents a les categories CADET i JUVENIL.

NO ES DEMANEN MARQUES MÍNIMES PER PARTICIPAR.

Aquests controls estaran oberts a atletes, d'aquestes categories, d'altres federacions, sempre que ho sol·licitin a la FCA i s'adaptin a aquest Reglament.

2.- INSCRIPCIÓ

Les inscripcions es faran a la pista fins 45 minuts abans del començament de les proves.

L'organització, per tal de cobrir les despeses de personal, pista i jutges, cobrarà a cada atleta 1 € per prova

3.- COMPETICIÓ

Les curses seran controlades amb cronometratge elèctric.

Quan nomès es lliuri un dorsal, a les curses, haurà de col·locar-se de forma visible a la part davantera de la samarreta.

Col·locació dels llistons

Alçada CM : 1.40 - 1.45 - 1.50 - 1.55 - 1.59 - 1.62 - 1.65 i de 3 en 3 cm.

Alçada CF : 1.30 - 1.35 - 1.40 - 1.44 - 1.48 - 1.51 - 1.54 i de 3 en 3 cm.

Perxa CM : 2.30 - 2.50 - 2.70 - 2.85 - 3.00 - 3.15 - 3.25 - 3.35 - 3.45 - 3.50 i de 5 en 5 cm

Perxa CF : 1.70 - 1.90 - 2.10 - 2.25 - 2.40 - 2.50 - 2.60 - 2.70 - 2.75 i de 5 en 5 cm.

Alçada JVM : 1.55 - 1.60 - 1.64 - 1.68 - 1.71 - 1.74 - 1.77 - 1.80 - 1.83 i de 3 en 3 cm.

Alçada JVF : 1.30 - 1.35 - 1.40 - 1.44 - 1.48 - 1.51 - 1.54 - 1.57 i de 3 en 3 cm.

Perxa JVM : 2.50 - 2.70 - 2.90 - 3.10 - 3.30 - 3.45 - 3.60 - 3.75 - 3.90 - 4.00 - 4.10 i de 5 en 5 cm

Perxa JVF : 1.90 - 2.10 - 2.30 - 2.50 - 2.65 - 2.80 - 2.90 - 3.00 - 3.05 i de 5 en 5 cm.

4.- NORMES COMPLEMENTÀRIES

En aquests controls s'autoritza la participació d'atletes de la categoria júnior.

Participaran de forma conjunta amb els atletes juvenils. A les proves de llançaments, llançaran amb els artefactes corresponents a la seva categoria, fent-ho en primer lloc els júnior.



A les proves de 100 t.F, 110 t. M, 400 t. M i obstacles on no coincideixen l'alçada de la tanca o la distància, participaran primer els júnior i després els juvenils, en sèries separades.

A les proves de llargada, triple i llançaments passaran a la millora els 8 millors atletes classificats independentment de la categoria a la qual pertanyin.

El preu de la inscripció per als atletes de la categoria júnior serà de 3 €.

Seràn d'aplicació les Normes Generals d'Aire Lliure que figuren en la reglamentació de competicions.

1a. Jornada

24/03/2012

10,00	5000 M.M. CM-JVF (C/5)	PERXA JVM	LLARGADA JVF	DISC CF	
10,00	3000 M.LL. JVM				
10,20	3000 M.LL. JVF				
10,40	1000 M.LL. CM				ALÇADA CM
11,00	1000 M.LL. CF				
11,15			LLARGADA JVM	JAVELINA JVF	
11,25	400 M.LL. JVM				
11,45	400 M.LL. JVF	PERXA JVF			
12,00					
12,05	300 M.T. CM				
12,20				JAVELINA JVM	PES CM
12,25	300 M.T. CF		LLARGADA CF		
12,30					
12,45	110 M.T. JM				
12,55	110 M.T. JVM				
13,05	100 M.T. JF				
13,15	100 M.T. JVF				
13,25	100 M.LL. CM			MARTELL JVM	
13,45	100 M.LL. CF				

2a. Jornada

31/03/2012

9,45	3000 M.OB. JM				
10,00	2000 M.OB. JVM	TRIPLE JVF	ALÇADA CF	DISC JVM	
10,15	3000 M.OB. JF				
10,30	2000 M.OB. JVF				
10,40	1500 M.OB. CM				
11,00	1500 M.OB. CF				
11,20	200 M.LL. JVM	TRIPLE JVM		DISC JVF	
11,40	200 M.LL. JVF		PES CF		
12,00	300 M.LL. CM				
12,20	300 M.LL. CF				
12,30				JAVELINA CM	
12,40	1500 M.LL. JVM	TRIPLE CM			
13,00	1500 M.LL. JVF				
13,20	100 M.T. CM				
13,40	100 M.T. CF			MARTELL JVF-CF	

La prova de Perxa CM passa a realitzar-se ne la 3a. Jornada

3a. Jornada

21/04/2012

10,00	10000 M.M. JVM (c/5)	PERXA CF	LLARGADA CM	ALÇADA JVM	DISC CM
10,05	3000 M.M. CF (c/1)				
10,30	3000 M.LL. CM				
10,50	3000 M.LL. CF				
11,10	5000 M.LL. JVM				
11,30	5000 M.LL. JVF				
11,55	800 M.LL. JVM	PERXA CM			
12,00		PES JVF	TRIPLE CF	ALÇADA JVF	JAVELINA CF
12,10	800 M.LL. JVF				
12,25	400 M.T. JM				
12,35	400 M.T. JVM				
12,45	400 M.T. JVF				
13,00	600 M.LL. CM	PES JVM			
13,15	600 M.LL. CF				
13,30	100 M.LL. JVM				MARTELL CM
13,55	100 M.LL. JVF				

4a. Jornada

28/04/2012

10,00	5000 M.M. CM-JVF (C/5)	PERXA JVM	LLARGADA JVF	JAVELINA JVM	DISC CF
10,00	3000 M.LL. JVM				
10,20	3000 M.LL. JVF				
10,40	1000 M.LL. CM				ALÇADA CM
11,00	1000 M.LL. CF				
11,15			LLARGADA JVM	JAVELINA JVF	
11,25	400 M.LL. JVM				
11,45	400 M.LL. JVF	PERXA JVF			
12,00					
12,05	300 M.T. CM				
12,20					PES CM
12,25	300 M.T. CF		LLARGADA CF		
12,30					
12,45	110 M.T. JM				MARTELL JVM
12,55	110 M.T. JVM				
13,05	100 M.T. JF				
13,15	100 M.T. JVF				
13,25	100 M.LL. CM				
13,45	100 M.LL. CF				

5a. Jornada 19/05/2012

9,45	3000 M.OB. JM				
10,00	2000 M.OB. JVM	PERXA CM	TRIPLE JVF	ALÇADA CF	DISC JVM
10,15	3000 M.OB. JF				
10,30	2000 M.OB. JVF				
10,40	1500 M.OB. CM				
11,00	1500 M.OB. CF				
11,20	200 M.LL. JVM		TRIPLE JVM		DISC JVF
11,40	200 M.LL. JVF			PES CF	
12,00	300 M.LL. CM				
12,20	300 M.LL. CF				
12,30					JAVELINA CM
12,40	1500 M.LL. JVM		TRIPLE CM		
13,00	1500 M.LL. JVF				
13,20	100 M.T. CM				MARTELL JVF-CF
13,40	100 M.T. CF				

6a. Jornada 09/06/2012

16,30	400 M.T. ABS (M)	PERXA CF - JVF		ALÇADA JVM-ABS(M)	MARTELL JVM
16,45	400 M.T. JVM				
17,00	400 M.T. JVF - ABS (F)				
17,15	Prova local escolar		TRIPLE CF		
17,20	Prova local escolar				
17,30	Prova local escolar				MARTELL CM
17,35	Prova local escolar				
17,45	600 M.LL. CM				
18,00	600 M.LL. CF				
18,15	800 M.LL. JVM				
18,30	800 M.LL. ABS (M)	PES JVM			
18,45	800 M.LL. JVF- ABS (F)				
19,00	3000 M.LL. CM		LLARGADA CM	ALÇADA JVF - ABS (F)	JAVELINA CF
19,25	3000 M.LL. CF				
19,40	10 KM.M. JVM- ABS (M) (c/5)				
19,45	3000 M.M. CF - ABS (F)				
20,10	5000 M.LL. JVM	PES JVF - CF			DISC CM
20,30	5000 M.LL. ABS (M)				
20,50	5000 M.LL. JVF- ABS(F)				
21,15	100 M.LL. JVM				
21,30	100 M.LL. ABS(M)				
21,45	100 M.LL. JVF - ABS(F)				

Aquest control es fa conjuntament amb el Miting de Palafrugell 2012