# CONTROLS PISTA COBERTA SUB16

La Federació Catalana d'Atletisme organitza els dies 14 i 21 de desembre de 2019 i 12 i 26 de gener de 2020 controls de Pista Coberta adreçats a la categoria Sub16 amb les edats de la temporada 2020. El dies 16 i 22 de febrer es faran uns controls Sub16-Sub18 amb proves a determinar i el dia 4 de gener es farà un control de marxa.

## 1. Participació

Poden participar els atletes nascuts/des els anys 2005 i 2006 que tinguin degudament tramitada la seva llicència per la Federació Catalana d'Atletisme.

## 2. Inscripcions

a) Les inscripcions es faran a través de la Intranet fins el dilluns anterior a la competició. Dimarts, la FCA publicarà els atletes inscrits, en cas que la participació aconselli fer alguna petita modificació en l'horari es publicarà.

Un delegat del club haurà de retirar els dorsals fins 45 minuts abans de la primera prova a realitzar per algun dels seus atletes inscrits. No es lliuraran dorsals de forma individual

b) L'organització, per tal de cobrir les despeses de personal, pista i jutges, cobrarà a cada atleta participant l'import següent:

- Per participar en 1 prova 4 €
- Per participar en 2 proves 6 €
- Per participar en 3 proves o més 7 €

## 3. Competició

a) Totes les curses es controlaran amb cronometratge elèctric.

b) Col·locació del llistó :

- Alçada M: 1.45–1.50–1.55–1.59–1.62-1.65–1.68–1.71-1.73 i 2 en 2 cm.
- Alçada F: 1.35-1.40-1.45-1.49-1.52-1.55-1.57 i de 2 en 2 cm.
- Perxa M: 2.50-2.70-2.85-2.95-3.05-3.10-3.15 i de 5 en 5 cm.
- Perxa F: 2.00-2.20-2.35-245-2.55-2.60-2.65 i de 5 en 5 cm.

c) Marques mínimes de participació en concursos:

- Llargada Masculina: 4.00 m.
- Llargada Femenina: 3.70 m.
- Triple Salt Masculí: 9.00 m.
- Triple Salt Femení: 8.30 m.
- Pes Masculí: 6.50 m.
- Pes Femení: 5.50 m.

d) Les curses es faran per sèries segons el nombre de participants i la seva marca.

e) Quan només es lliuri un dorsal, haurà de col·locar-se de forma visible a la part davantera de la samarreta.

f) Horari de presentació a la Cambra de Requeriments, Accés a pista

- Curses 15 minuts abans de la prova
- Concursos 30 minuts abans de la prova (a excepció de Salt amb Perxa)

Els atletes que no passin per la Cambra de Requeriments dintre de l'horari establert no podran competir.

La Cambra de Requeriments està situada al pis inferior de la pista, al costat de la recta d'escalfament.

**4. Normes complementàries**

Aquests controls es regiran segons el Reglament que figura en la Normativa General de Pista Coberta.

**14 de desembre 2019-Sabadell (categories corresponents a la temporada 2020)**

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **9,00** | 60 m.t. M | Llargada M (nascuts 2006) | | Pes M (nascuts 2005) |
| **9,20** | 60 m.t. F | | | |
| **9,30** | | | Perxa F | |
| **9,45** | 60 m.ll. M | | | |
| **10,00** | | | Alçada M | |
| **10,15** | | Llargada M (nascuts 2005) | | |
| **10,30** | | | | Pes M (nascuts 2006) |
| **10,50** | 60 m.ll. F | | | |
| **11,45** | 600 m.ll. M | | | |
| **12,05** | 600 m.ll. F | Llargada F (nascudes 2006) | | |
| **12,20** | 300 m.ll. M | | | |
| **12,55** | 300 m.ll. F | | | |
| **13,45** | 3000 m.ll. M | Llargada F (nascudes 2005) | | |
| **14,00** | 3000 m.ll. F | | | |

**21 de desembre 2019-Sabadell (categories corresponents a la temporada 2020)**

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **9,00** | 60 m.t. M | Triple F | (nascudes 2006) | | Pes F | (nascudes 2005) |
| **9,20** | 60 m.t. F | | | | | |
| **9,30** | | | | Perxa M | | |
| **9,45** | 60 m.ll. M | | | Alçada F | | |
| **10,15** | | Triple F | (nascudes 2005) | | Pes F | (nascudes 2006) |
| **10,30** | 60 m.ll. F | | | | | |
| **11,00** | | | | | | |
| **11,30** | | Triple M | (nascuts 2006) | | | |
| **11,45** | 1000 m.ll. M | | | | | |
| **12,05** | 1000 m.ll. F | | | | | |
| **12,20** | 300 m.ll. M | | | | | |
| **13,00** | | Triple M | (nascuts 2005) | | | |
| **13,10** | 300 m.ll. F | | | | | |
| **13,45** | | | | | | |
| **14,20** | 600 m.ll. M | | | | | |
| **14,30** | 600 m.ll. F | | | | | |

**12 de gener de 2020- Sabadell**

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **9,00** | 60 m.t. M | Llargada M (nascuts 2006) | Perxa F | |
| **9,15** | 60 m.t. F | | | Pes M (nascuts 2005) |
| **9,50** | 60 m.ll. M | | | |
| **10,20** | | Llargada M (nascuts 2005) | | |
| **10,30** | 60 m.ll. F | | | |
| **11,00** | | | | Pes M (nascuts 2006) |
| **11,15** | | | Alçada M | |
| **11,30** | 600 m.ll. M | | | |
| **11,50** | 600 m.ll. F | Llargada F (nascudes 2006) | | |
| **12,05** | 300 m.ll. M | | | |
| **12,55** | 300 m.ll. F | | | |
| **13,30** | | Llargada F (nascudes 2005) | | |
| **14,00** | 3000 m.ll. M | | | |
| **14,15** | 3000 m.ll. F | | | |

**26 de gener de 2020- Sabadell**

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **9,00** | 60 m.t. M | Triple F | (nascudes 2005) | | Pes F | (nascudes 2005) |
| **9,20** | 60 m.t. F | | | | | |
| **9,30** | | | | Perxa M | | |
| **9,45** | 60 m.ll. M | | | | | |
| **10,15** | | | | | Pes F | (nascudes 2006) |
| **10,30** | 60 m.ll. F | Triple F | (nascudes 2006) | | | |
| **10,40** | | | | Alçada F | | |
| **11,30** | | | | | | |
| **11,35** | 1000 m.ll. M | | | | | |
| **11,55** | 1000 m.ll. F | | | | | |
| **12,00** | | Triple M | (nascuts 2005) | | | |
| **12,10** | 300 m.ll. M | | | | | |
| **13,00** | 300 m.ll. F | | | | | |
| **13,30** | | Triple M | (nascuts 2006) | | | |
| **14,10** | 600 m.ll. M | | | | | |
| **14,20** | 600 m.ll. F | | | | | |