

NORMATIVA XERAL DA MODALIDADE DE ATLETISMO PISTA INDIVIDUAL

## DAS CATRO XORNADAS PROGRAMADAS CURSO 2015/2016 ZONAS: CORUÑA - FERROL

### ESCENARIO DE PRÁCTICAS

Celebraranse as probas nas Pistas de Atletismo ao aire libre, de Elviña (A Coruña), e da Malata (Ferrol)

### DATAS PREVISTAS ZONAS CORUÑA-FERROL

1ª Xornada **19/03/2016** – categorías **BENXAMÍN E ALEVÍN**, nas pistas de Universidade de Elviña (A Coruña)

2ª Xornada **02/04/2016** - categoría **INFANTIL**, nas pistas de Universidade de Elviña (A Coruña)

3ª Xornada **16/04/2016** - categorías **BENXAMÍN e ALEVÍN**, nas pistas da Malata (Ferrol)

4ª Xornada **24/04/2016** - categoría **INFANTIL**, nas pistas da Malata (Ferrol)

### PARTICIPANTES

Poderán participar nesta modalidade todas as entidades (clubs, centros educativos, asociacións, ANPAS, etc.) que cumpran os requisitos de inscrición. Todos os atletas participantes deberán estar mutualizados previamente no programa Xogade, na páxina [www.deporteescolargalego.com](http://www.deporteescolargalego.com), na modalidade de Atletismo Pista.

### CATEGORÍAS

**BENXAMÍN:** Nados nos anos 2008-2007 masculino e feminino

**ALEVÍN.....:** Nados nos anos 2006-2005 masculino e feminino

**INFANTIL....:** Nados nos anos 2004-2003 masculino e feminino

### FASES

Celebraranse catro xornadas previas á fase provincial (dúas para as categorías benxamín-alevín, e dúas para a categoría infantil), nas que se programarán todas as probas indicadas no cadro do programa. No caso das probas combinadas realizarase un Campionato Provincial. Nas fases previas ao provincial, poderíase autorizar a inclusión de probas e participación dos atletas Cadete, nas xornadas da categoría Infantil cós mesmos horarios, sempre que non provoque unha alteración no desenvolvemento da xornada, e previa autorización do Servizo de Deporte.

As xornadas por categoría serán as seguintes:

- **Benxamín e Alevín**, competirán estas dúas categorías xuntas nas xornadas do 19/03/2016 nas pistas de Elviña en A Coruña, e o 16/04/2016 en A Malata Ferrol
- **Infantil**, competirán en dúas xornadas a 1ª xornada o 02/04/2016, nas pistas de Elviña (A Coruña), e o 24/04/2016 nas pistas da Malata (Ferrol)

### SISTEMA DE COMPETICIÓN FASES PREVIAS

- **Participantes por entidade.**

Cada entidade poderá participar nas fases previas co número de participantes que desexe, a excepción dos concursos, nos que o número máximo de participantes por entidade, proba e categoría será de **6**. En casos de escasa participación, e de forma excepcional, os Servizos Provinciais poderán autorizar a participación de máis atletas por proba e entidade, sempre que non se interrompa o normal desenrolo da competición. A participación nas fase provinciais e galega queda supeditada a normativa propia de cada Campionato.

- **Participacións máximas.**

**Benxamín e Alevín:** Cada atleta poderá participar nun máximo de 2 probas. No caso de ser carreiras, somentes unha poderá superar os 250 m.

**Infantil e Cadete:** Cada atleta poderá participar como máximo en 3 probas das que compoñen o programa, respectando sempre a seguinte norma: 3 concursos, 1 concurso e 2 carreiras, ou 2 concursos e 1 carreira. No caso de participar en 2 carreiras, somentes unha poderá superar os 250 m.

Os participantes en Triatlón (alevín) e os participantes en Tetratlón (infantil) non poderán participar na mesma xornada noutra proba do programa individual.

**Número de intentos.**

Os concursos realizaranse con mellora na fase Provincial. Nas fases previas realizarase soamente 3 intentos.

• **Clasificación.**

Para o Campionato Provincial: Para as categorías Benxamín, Alevín, Infantil (masculino e feminino), clasificaranse as 16 mellores marcas da totalidade de probas realizadas nas fases previas. Se algún ou algunha atleta non poidera participar en ningunha das fases previas por motivos de enfermidade, lesión, etc, será potestade do Servizo Provincial correspondente a súa admisión na fase provincial, previa proposta razoada da Federación Galega ou Delegación Federativa correspondente.

**INSCRICIÓN**

As inscricións realizaránse a través do sistema on-line da Federación Galega de Atletismo <https://isis.rfea.es/sirfra2/>, coas claves de Usuario e contrasinal asignadas e enviadas a cada club que xa participaron na modalidade de Campo a Través, no caso de non ter dita clave poden solicitala a Federación Galega de Atletismo, ou Servizo de Deporte.

No caso de que non faga a inscrición on-line deberá enviar a folla de inscrición debidamente cumprimentada por categoría, aos correos da Federación Galega de Atletismo [cofcluis@hotmail.com](mailto:cofcluis@hotmail.com) e Servizo de Deporte [deportes.coruna@xunta.es](mailto:deportes.coruna@xunta.es), con data límite as 14:00 horas do luns da mesma semana da competición. Aínda así, e por cuestións prácticas, prégase o emprego da citada Plataforma, xa que facilita o manexo da información. Non se aceptarán inscricións fóra de prazo.

**PROGRAMA DE PROBAS DA COMPETICION INDIVIDUAL**

| CATEGORIA MASCULINA |                |                            | CATEGORIA FEMININA |                |                            |
|---------------------|----------------|----------------------------|--------------------|----------------|----------------------------|
| Benx                | Alev           | Inf                        | Benx               | Alev           | Inf                        |
| 50m                 | 60m            | 80m                        | 50m                | 60m            | 80m                        |
| 500m                | 500m           | 150m                       | 500m               | 500m           | 150m                       |
|                     |                | 500m                       |                    |                | 500m                       |
| 1000m               | 1000m          | 1000m                      | 1000m              | 1000m          | 1000m                      |
|                     | 2000m          | 3000m                      |                    | 2000m          | 3000m                      |
|                     |                | 80m.v. 0,84                |                    |                | 80m.v. 0,76                |
|                     |                | 220m.v. 0,76               |                    |                | 220m.v. 0,76               |
|                     |                | 1000m.ob                   |                    |                | 1000 obstaculos            |
| 1km marcha          | 2km marcha     | 3km marcha                 | 1km marcha         | 2km marcha     | 3km marcha                 |
| Lonxitude           | Lonxitude      | Lonxitude triple*          | Lonxitude          | Lonxitude      | Lonxitude triple*          |
|                     |                |                            |                    |                |                            |
| Altura              | Altura         | Altura                     | Altura             | Altura         | Altura                     |
|                     |                | Pértega                    |                    |                | Pértega                    |
| Peso 2kg            | Peso 2kg       | Peso 3kg                   | Peso 2 kg          | Peso 2kg       | Peso 3kg                   |
|                     |                | Disco 800gr                |                    |                | Disco 800gr                |
| Pelota 200gr        | Xavelina 400gr | Xavelina 500grs            | Pelota 200gr       | Xavelina 400gr | Xavelina 400grs            |
|                     |                | Martelo 3kg<br>Disco 800gr |                    |                | Martelo 3kg<br>Disco 800gr |
| 4x50                | 4x60           | 4x80                       | 4x50               | 4x60           | 4x80                       |

\* Con táboas a 6m. e 8m. e carreira máxima de 15m.

\*Para as categorías benxamin e alevín, nas probas de velocidade non é abrigatorio a saída de tacos nen a medición do vento. Nos infantiles, nas probas de velocidade e valados e obrigatorio a saída con catro apoios (con ou sin tacos) e a medición do vento

\* Cadencias das alturas:

-benxamín: 0.80-0.85-0.90-0.95-1.00 (3/3)

-alevín: 0.85-0.90-0.95-1.00-1.05 (3/3)

-infantil: 0.90-0.95-1.00-1.05-1.10 (3.3)

### HORARIOS 1ª e 4ª XORNADAS ATLETISMO PISTA

**Categorías: INFANTIL (masculino e feminino)**

| CARREIRAS         | SEXO | CATEGORÍA | HORA  | CONCURSOS        | SEXO | CATEGORÍA |
|-------------------|------|-----------|-------|------------------|------|-----------|
|                   |      |           | 10:00 | Martelo 3 kg     | H/M  | Infantil  |
|                   |      |           |       | Lonxitude        | H    | Infantil  |
|                   |      |           |       | Altura           | M    | Infantil  |
| 80 ml             | H    | Infantil  | 10:10 |                  |      |           |
| 80 ml             | M    | Infantil  | 10:30 |                  |      |           |
| 80 mv 0,84        | H    | Infantil  | 11:00 | Lonxitude        | M    | Infantil  |
|                   |      |           |       | Peso 3 Kg.       | H    | Infantil  |
|                   |      |           |       | Disco 800 gr.    | H/M  | Infantil  |
| 80 Mv 0,76        | M    | Infantil  | 11:05 |                  |      |           |
| 500 m             | H    | Infantil  | 11:15 |                  |      |           |
| 500 m             | M    | Infantil  | 11:30 |                  |      |           |
| 1000 m            | H    | Infantil  | 11:40 |                  |      |           |
| 1000 m            | M    | Infantil  | 11:50 |                  |      |           |
| 3000 m            | M/H  | Infantil  | 12:00 | Pértega          | H/M  | Infantil  |
|                   |      |           |       | Peso 3 kg.       | M    | Infantil  |
|                   |      |           |       | Altura           | H    | Infantil  |
|                   |      |           |       | Xavalina 500 gr. | H    | Infantil  |
| 150 m             | H    | Infantil  | 12:15 |                  |      |           |
| 150 m             | M    | Infantil  | 12:30 |                  |      |           |
| 220 mv 0,76       | H    | Infantil  | 12:45 |                  |      |           |
| 220 mv 0,76       | M    | Infantil  | 13:00 | Triple           | H/M  | Infantil  |
|                   |      |           |       | Xavalina 400 gr. | M    | Infantil  |
| 1000 m Obstáculos | H/M  | Infantil  | 13:10 |                  |      |           |
| 3000 m. Marcha    | H/M  | Infantil  | 13:20 |                  |      |           |
| 4x80              | H    | Infantil  | 13:45 |                  |      |           |
| 4X80              | M    | Infantil  | 13:55 |                  |      |           |

## SISTEMA DE COMPETICIÓN DE PRBAS COMBINADAS

### CATEGORÍAS:

ALEVÍN.....: Nados nos anos 2006-2005 masculino e feminino

INFANTIL....: Nados nos anos 2004-2003 masculino e feminino

### FASES

ALEVÍN: Campionato provincial

INFANTIL: Campionato provincial e o Campionato Galego (Federado)

### CLASIFICACIÓN

Para o Campionato Provincial das categorías alevín e infantil a inscrición é aberta, sen clasificación previa. No suposto caso de que nalgunha provincia se prevea unha masiva participación ésta limitarase a un número determinado de participantes por colexio e club.

### INSCRICIÓN

A data límite de inscrición é o luns da mesma semana da competición. A Federación Galega de Atletismo publicará con data límite o mércores da mesma semana da competición a listaxe dos atletas inscritos

### PROGRAMA DE PRBAS COMBINADAS

| MASCULINA         |                 |                   | FEMININA          |                 |                   |
|-------------------|-----------------|-------------------|-------------------|-----------------|-------------------|
| BENXAMÍN TRIATLON | ALEVÍN TRIATLÓN | INFANTIL TRIATLÓN | BENXAMÍN TRIATLON | ALEVÍN TRIATLÓN | INFANTIL TRIATLÓN |
| 50 M.             | 60 M.           | 80 M.             | 50 M.             | 60 M.           | 80 M.             |
| LONXITUDE         | LONXITUDE       | LONXITUDE         | LONXITUDE         | LONXITUDE       | LONXITUDE         |
| PESO 2 KG.        | PESO 2 KG.      | PESO 3 KG.        | PESO 2 KG.        | PESO 2 KG.      | PESO 3 KG.        |
|                   |                 | 80MV              |                   |                 | 80 MV.            |

### TRANSPORTE

No caso de necesitar transporte para participar nalgunha xornada, deberá solicitalo ao Servizo de Deporte, ao correo especial de transporte: **sdbus.co@hotmail.es**, **antes das 14 horas do martes anterior a xornada da competición**, indicando os seguintes datos:

Colexio, dirección de saída bus, hora de saída, n.º prazas, responsable, móbil do responsable e hora aproximada de regreso, e unha vez recibida a solicitude, indicaremoslles a Empresa confirmando o transporte.

### CENTROS DE ASISTENCIA SANITARIA

No caso de lesión ou accidente deportivo, deberán presentar no centro de asistencia o parte de accidentes debidamente cumprimentado, que poderán sacar na páxina Web de Xogade [www.deporteescolargalego.com](http://www.deporteescolargalego.com), e acudir a un dos seguintes centros médicos:

| CENTRO                            | DIRECCIÓN                            | TELÉFONO    | HORARIO                                       |
|-----------------------------------|--------------------------------------|-------------|---|
| HOSPITAL QUIRÓN<br>(Sta Teresa)   | LONDRES, 2<br><b>A CORUÑA</b>        | 981-219-800 | 24 H  |
| HOSPITAL JUAN<br>CARDONA          | PARDO BAZÁN SN<br><b>FERROL</b>      | 981-312-500 | 24 H  |
| SANATORIO<br>QUIRÚRGICO<br>MODELO | VIRREY OSORIO, 30<br><b>A CORUÑA</b> | 981-147-300 | 24 H  |
| HOSPITAL SAN<br>RAFAEL            | LAS JUBIAS, 82<br><b>A CORUÑA</b>    | 981-179-000 | 24 H  |
| ADESLAS SALUD<br>FERROL           | TERRA, 62-72, BAJO<br><b>FERROL</b>  | 981-369-832 | 9:00-14:00H<br>14:30-20:30H<br>FINS DE SEMANA |

### MÁIS INFORMACIÓN

Todos os aspectos non recollidos nestas normas serán regulados pola normativa oficial da Federación Galega de Atletismo e reflectida na páxina web da Secretaría Xeral para o Deporte da Xunta de Galicia.