

CAMPIONAT GIRONÍ ABSOLUT 2015

CONTROLS DE LLANÇAMENTS DE PRIMAVERA PER A ATLETES VETERANS

- El C. A. Lloret –la Selva i el C. A. Palafrugell, amb l'autorització de la Federació Catalana d'Atletisme, organitza el Campionat Gironí Absolut 2015 els propers diumenges 17 i 24 de maig segons l'horari del full annex.
- Les proves de llançaments seran també controls de primavera per a atletes veterans.
- El control tècnic anirà a càrrec dels Col·legis Gironí i Català de Judges d'Atletisme.
- Hi haurà cronometratge elèctric.
- Podran participar-hi tots els atletes que ho desitgin que tinguin la llicència federativa actualitzada per la temporada en curs, encara que només podran optar als títols de campió gironí els atletes que pertanyen a la Delegació Territorial.
- Les inscripcions podran fer-se per INTRANET fins al dimecres anterior de cada jornada. Excepcionalment s'acceptaran també a la secretaria de les pistes fins 45 minuts abans del començament de cada prova, amb un recàrrec de 2 € sobre els preus d'inscripció, que seran:
 - o inscripcions en una prova.- 2 €
 - o inscripcions en dues proves o més – 3 €
- **Premis:**
- Medalles als tres primers classificats/des del Campionat Gironí Absolut de cada prova (atletes de clubs de Girona o empadronats a les comarques de Girona)
- Les reclamacions hauran de fer-se verbalment al Jutge Àrbitre fins 30 minuts després d'haver-se produït l'incident.
- 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.

NORMES TÈCNIQUES

A tots els concursos s'efectuaran **tres** intents i millora.

Llançaments

Els atletes juvenils, júnior i veterans podran llançar amb els artefactes dels pesos corresponents a la seva categoria, sense entrar a la classificació absoluta. Passaran a millora els 8 primers classificats/des de la classificació conjunta juvenil junior i absoluta, així com els 8 primers veterans de cada categoria d'edat.

elevacions dels llistons

alçada absoluta masculina.-140 - 150 – 155 de 5 en 5 cm. fins 190 -193 i de 3 en 3 cm.
alçada absoluta femenina.- 120 – 135 de 5 em 5 cm fins 150 – 153 i de 3 en 3 cm
Perxa absoluta masculina.- 190 – 210 – 230 - 250 - 270 – 290 – 300 i de 10 en 10 cm
Perxa absoluta femenina.- 190 – 210 – 220 i de 10 en 10 cm.

CAMPIONAT GIRONÍ ABSOLUT 2015

CONTROLS DE LLANÇAMENTS DE PRIMAVERA PER A ATLETES VETERANS

Lloret de Mar, diumenge 17 de maig de 2015

10.00.-	400 m tanques M	llargada F	alçada M	javelina F (<i>Jv</i> i Abs)
10.15.-	<i>400 m. tanques juvenil (0,84)</i>			
10.30.-	400 m tanques F			
10.45.-	5000 m M			
10.50.-				javelina M (<i>Jv</i> i Abs)
11.10.-	5000 m F			
11.30.-		llargada M	alçada F	
11.40.-	800 m M			
11.50.-				disc F
12.00.-	800 m F			
12.15.-	<i>2000 m obstacles juvenil i absolut M</i>			
12.30.-	<i>2000 m obstacles juvenil i absolut F</i>			disc M (<i>Jv</i> , <i>J</i> , Abs)
12.45.-	200 m M			
13.00.-	200 m F			
13.15.-	lliurament de medalles			

Palafrugell, diumenge 24 de maig de 2015

10.00.-	110 m tanques M		perxa F	martell M (<i>Jv</i> , <i>J</i> i Abs)
10.10.-	<i>110 m tanques junior M (1,00)</i>			
10.20.-	<i>110 m tanques juvenil M (0,91)</i>			
10.30.-	<i>100 m tanques cadet M (0,91)</i>			
10.40.-	100 m tanques F			
10.50.-	<i>100 m tanques juvenil i cadet (0,76)</i>			
11.00.-	100 m M s/f			martell F (<i>Jv</i> i Abs)
11.15.-	100 m F s/f			
11.30.-	3000 m obst. M	triple F	perxa M	
11.45.-	3000 m obst. F			pes M (<i>Jv</i> , <i>J</i> i Abs)
12.00.-	400 m M			martell pesant M (control veterà)
12.15.-	400 m F	triple M		
12.30.-	1500 m M			
12.45.-	1500 m F			pes F (<i>Jv</i> i Abs)
13.00.-	100 m M final		martell pesant F (control veterà)	
13.10.-	100 m F final			
13.20.-	lliurament de medalles			