

CAMPEONATO DE LA RIOJA DE FONDO

CAMPEONATO DE LA RIOJA DE MARCHA

CRITERIUM DE LANZAMIENTOS

C.T.D. ADARRAGA – LOGROÑO

11 DE ABRIL DE 2015

HORARIO DE PRUEBAS

HOMBRES	CAMARA DE LLAMADAS		HORA	MUJERES
	ENTRADA	SALIDA		
	14:30	14:40	15:00	MARTILLO (3 y 4 kg.)
MARTILLO (4 - 5 - 6 y 7,260 kg.)	15:30	15:40	16:00	
5 km. MARCHA	15:40	15:50	16:00	
JABALINA (600 - 700 - 800 gr.)	16:15	16:25	16:45	
	16:25	16:35	16:45	5 km. MARCHA
DISCO (1 - 1,5 - 1,750 y 2 kg.)	17:00	17:10	17:30	PESO (3 y 4 kg.)
5.000 m.l.	17:10	17:20	17:30	
	17:40	17:50	18:00	5.000 m.l.
	17:45	17:55	18:15	DISCO (800 gr. y 1 kg.)
10.000 m.l.	18:10	18:20	18:30	
PESO (4 - 5 - 6 y 7,260 kg.)	18:30	18:40	19:00	JABALINA (500 y 600 gr.)

- Inscripciones

Las inscripciones se deberán realizar por la INTRANET hasta las 20 horas del miércoles 8 de Abril.

Los atletas que no pertenezcan a la FRA o que no pertenezcan a un club con licencia por la Federación Riojana deberán abonar 4 € por inscripción y participación en una prueba, más 2 € adicional por prueba en la segunda prueba y posteriores dentro de una misma competición. El pago se realizará en la propia competición al retirar el dorsal. Si un atleta realiza una inscripción y no acude a la competición, el importe debido tendrá que ser abonado en la siguiente competición de la Federación Riojana en la que participe.

Es obligatorio **confirmar participación** hasta una hora antes del comienzo de la prueba.

Es necesario identificarse en **cámara de llamadas** con DNI, pasaporte, permiso de conducir o licencia.

- Intentos

Todos los atletas podrán realizar tres intentos y a los cuatro primeros de cada peso se les permitirán tres intentos adicionales, independientemente de su comunidad autónoma.

- NORMATIVA**A.1.4 – CAMPEONATO DE FONDO. CRITERIUM DE LANZAMIENTOS Y CAMPEONATO DE MARCHA.**

A.1.4.A – Este Campeonato está sujeto a las normas dictadas por la F.R.A. para los Campeonatos Oficiales.

A.1.4.B – El Campeonato de Fondo y de Marcha de La Rioja se desarrollará en base a CUATRO categorías, JUNIOR y ABSOLUTO, HOMBRES Y MUJERES.

A.1.4.C – El Critérium de Lanzamientos de llevará a cabo en base a CUATRO categorías, JUNIOR y ABSOLUTO, HOMBRES Y MUJERES.

A.1.4.D – En categoría ABSOLUTA, se establecen UN trofeo en categoría masculina y OTRO en femenina, que se otorgará al lanzador/a más COMPLETO/A CON LICENCIA DE LA F.R.A. tomando como base la puntuación obtenida en TRES de los cuatro lanzamientos posibles.

- Categorías Cadete y Juvenil:

Sólo podrán participar atletas riojanos con licencia nacional y que hayan superado la marca mínima esta temporada o la temporada pasada en la categoría correspondiente.

	HOMBRES		MUJERES	
	CADETE	JUVENIL	CADETE	JUVENIL
MARTILLO	25.00	29.00	25.00	24.00
PESO	10.00	10.50	8.00	9.00
DISCO	30.00	28.00	23.00	24.00
JABALINA	30.00	34.00	24.00	30.00