

CAMPEONATO DE LA RIOJA DE FONDO**CAMPEONATO DE LA RIOJA DE MARCHA****CRITERIUM DE LANZAMIENTOS****C.T.D. ADARRAGA – LOGROÑO****9 DE ABRIL DE 2016****HORARIO (MODIFICADO) DE PRUEBAS***

HOMBRES	CAMARA DE LLAMADAS		HORA	MUJERES
	ENTRADA	SALIDA		
	15:30	15:40	16:00	MARTILLO (4Kg.)
MARTILLO (5, 6 y 7,260 Kg.)	16:00	16:10	16:30	
5 Km. MARCHA	15:40	15:50	16:00	
JABALINA (700 – 800 gr.)	16:30	16:40	17:00	
DISCO (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	
	17:50	18:00	18:10	5.000 m.l
	17:45	17:55	18:15	DISCO (1Kg y 800 g)
10.000 m.l.	18:10	18:20	18:30	
PESO (5 y 7,260 Kg.)	18:30	18:40	19:00	JABALINA (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.

- Participación: Atletas federados con licencia nacional. Límite de atletas no riojanos en concursos hasta 12 por prueba incluyendo a los riojanos. Atletas riojanos sin límite. Carreras sin límite.

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 se 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.

	MASCULINO		FEMENINO	
	CADETE	JUVENIL	CADETE	JUVENIL
MARTILLO	25.00 m	29.00 m	25.00 m	24.00 m
PESO	10.00 m	10.50 m	8.00 m	9.00 m
DISCO	30.00 m	28.00 m	23.00 m	24.00 m
JABALINA	30.00 m	34.00 m	24.00 m	30.00 m

***ESTE HORARIO PODRÁ SER MODIFICADO EN FUNCIÓN DE LAS INSCRIPCIONES.**