

Campeonato de La Rioja de fondo, marcha y criterium de lanzamientos

23 de Marzo de 2019 - Logroño

C.T.D. Adarra

HOMBRES	HORA	MUJERES
	16:00	Martillo (4Kg.)
Martillo (6 y 7,260 Kg.)	16:30	
5 Km. Marcha	16:00	5 km. Marcha
Jabalina (700 gr.y 800 gr.)	17:00	
Disco (1,750 Kg. y 2 Kg.)	17:30	Peso (4 Kg.)
5.000 m.l.	17:30	
	18:10	5.000 m.l.
	18:15	Disco (1Kg.)
10.000 m.l.	18:30	
Peso (6 y 7,260 Kg.)	19:00	Jabalina (600 gr.)
	19:15	10.000 m.l.

INSCRIPCIONES

Las inscripciones se deberán realizar por la INTRANET hasta las 20 horas del miércoles 21 de Marzo.

Los atletas que no pertenezcan a la FRA o que no pertenezcan a un club con licencia por la Federación Riojana deberán abonar 10 € por inscripción y participación en una prueba, más 1 € adicional por la segunda prueba y posteriores dentro de una misma competición. El pago se realizará en la propia competición al retirar el dorsal.

Los atletas pertenecientes a la Federación de Navarra estarán exentos de este pago.

Participación: Atletas federados con licencia nacional.

Confirmación: **TODOS** los atletas **DEBERÁN** acudir a la secretaría para **CONFIRMAR** su participación.

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

INTENTOS

Todos los atletas podrán realizar 3 intentos más 3 intentos de mejora, siempre que la organización por problemas de participación no decida lo contrario.

NORMATIVA

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

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

NO SE REALIZARÁN INSCRIPCIONES EL DÍA DE LA PRUEBA