

CAMPEONATO DE ESPAÑA DE FEDERACIONES AUTONÓMICAS 2021

Selección Riojana

Prueba	Atleta	Club
100	Alberto Urquía	Chiruca - La Rioja
200	Eliani Arletis	Atlético San Sebastián
400	Eduardo Bravo	Hiberrioja
800	Ghaita El Jarraz	FC.Barcelona
1500	Ignacio García	Vino Toro C.Rural
3000	Raquel Yécora	La Rioja Atletismo
5000	Juan Loma	A.D Haro
3000obs	Santiago Sierra	Ferrer Sport
100mv	Patricia Ortega	Atlético San Sebastián
400mv	Daniel Blanco	Atlético Salamanca
Longitud	Carlos Beltrán	Go Fit Athletics
Triple	Patricia Lorente	Atlético San Sebastián
Altura	Diego Aguilera	Hiberrioja
Peso	Alfonso Melón	Durango Kirol Taldea
Disco	Pilar Alonso	Hiberrioja
Martillo	Darío Blanco	Hiberrioja
Jabalina	Patricia Ortega	Atlético San Sebastián

Prueba	Atleta	Club
4x100	Alberto Urquía	Chiruca - La Rioja
	Miguel Larrea	Hiberrioja
	Ángela Castiella	Atlético San Sebastián
	Irene Raimi	CA Ultreia Rioja

Prueba	Atleta	Club
4x400	Eduardo Bravo	Hiberrioja
	Daniel Blanco	Atlético Salamanca
	Eliani Arletis	Atlético San Sebastián
	Ghaita El Jarraz	FC.Barcelona

PLAN DE VIAJE

Viaje:

- Salida del Palacio de los deportes a las 15:30h, Calahorra (aparcamiento la planilla) a las 16:00h.
- Hora estimada de llegada al hotel, 21:00h
- Regreso, una vez terminada la competición.

Alojamiento:

Sercotel AS Porta de Barcelona

Castellbisbal

Autopista AP7, km 165 (Área de servicio de Porta de Barcelona).

Si algún atleta posee algún tipo de intolerancia o alergia alimentaria, se ruega que lo comunique cuanto antes para avisar al hotel.

Equipación:

Aquellos atletas que debuten con la Selección Riojana y no tengan la equipación, deberán pasar la próxima semana por la federación para recogerla.

El horario es el siguiente:

Martes y jueves de 11:00 a 12:15 y 20:00 a 21:00.

La equipación se compone de:

- Camiseta de calentamiento.
- Top/Camiseta de competición.
- Braga o malla de competición.

Horario de competición:

Cámara de Llamadas		Salida a Pista	Comienzo Prueba	PRUEBAS		
Apertura	Cierre					
16:00	16:05	16:10	16:15	400	Mujeres	Serie Extra
16:15	16:20	16:25	16:30	400	Hombres	Serie Extra
16:30	16:35	16:40	16:45	100	Mujeres	Serie Extra
16:45	16:50	16:55	17:00	100	Hombres	Serie Extra
16:05	16:10	16:15	17:00	Martillo	Hombres	Final
16:05	16:10	16:15	17:00	Triple	Mujeres	Final
17:10	17:15	17:20	17:20	400 vallas	Hombres	Final C
17:05	17:10	17:15	17:25	400 vallas	Hombres	Final B
17:10	17:15	17:20	17:30	400 vallas	Hombres	Final A
16:20	16:25	16:30	17:30	Pértiga	Mujeres	Final
17:20	17:25	17:30	17:40	400	Hombres	Final C
17:28	17:33	17:38	17:45	400	Hombres	Final B
17:33	17:38	17:43	17:50	400	Hombres	Final A
17:40	17:45	17:50	17:58	800	Mujeres	Final B
17:48	17:53	17:58	18:05	800	Mujeres	Final A
17:55	18:00	18:05	18:15	200	Mujeres	Final C
18:03	18:08	18:13	18:20	200	Mujeres	Final B
18:08	18:13	18:18	18:25	200	Mujeres	Final A
17:20	17:25	17:30	18:30	Altura	Hombres	Final
17:35	17:40	17:45	18:30	Disco	Mujeres	Final
17:35	17:40	17:45	18:30	Peso	Hombres	Final
18:15	18:20	18:25	18:35	1.500	Hombres	Final
18:25	18:30	18:35	18:45	100 vallas	Mujeres	Final C
18:33	18:38	18:43	18:50	100 vallas	Mujeres	Final B
18:38	18:43	18:48	18:55	100 vallas	Mujeres	Final A
18:45	18:50	18:55	19:05	5.000	Hombres	Final
19:05	19:10	19:15	19:25	100	Hombres	Final C
19:13	19:18	19:23	19:30	100	Hombres	Final B
19:18	19:23	19:28	19:35	100	Hombres	Final A
19:25	19:30	19:35	19:45	5.000 marcha	Mujeres	Final
19:05	19:10	19:15	20:00	Jabalina	Mujeres	Final
19:05	19:10	19:15	20:00	Longitud	Hombres	Final
19:55	20:00	20:05	20:15	3.000 obstáculos	Hombres	Final
20:10	20:15	20:20	20:30	3.000	Mujeres	Final
20:25	20:30	20:35	20:45	4x100	Mixto	Final C
20:33	20:38	20:43	20:53	4x100	Mixto	Final B
20:41	20:46	20:51	21:01	4x100	Mixto	Final A
20:50	20:55	21:00	21:10	4x400	Mixto	Final C
20:59	21:04	21:09	21:19	4x400	Mixto	Final B
21:08	21:13	21:18	21:28	4x400	Mixto	Final A

Nota. El horario podría variar en función al número de atletas inscritos en cada prueba

Premios:

- Cada uno de los atletas que puntúe para la selección será recompensado con 50€.
- Se repartirán 900€ entre los puntos logrados por los atletas riojanos que queden entre los 10 primeros puestos dentro de su prueba. Los relevos puntuarán doble. Se establece un tope de 250€ por atleta.

Entrenadores:

Los entrenadores de los atletas asistentes al Campeonato están invitados a ir y volver en el autobús con la selección. El alojamiento correrá a su cargo.

Medidas sanitarias COVID-19:

1. Si se presentan síntomas sospechosos de infección se comunicarán lo antes posible al responsable del viaje.
2. Es obligatorio el uso de mascarilla FFP2 (suministradas por la federación) en el autobús.
3. Evitar en lo posible los contactos estrechos: choque de manos, abrazos...
4. Durante la competición se deberán seguir las normas de la organización y de la instalación y respetar las medidas sanitarias que exijan cada uno de los lugares en los que estemos: autobús, hotel, restaurantes, etc.