

**Campeonato de La Rioja de Lanzamientos Largos de Invierno
Absoluto y jornada sub12
19 marzo 2022**

HOMBRES	HORA	MUJERES
MARTILLO MIXTO	16:00	MARTILLO MIXTO
Altura Sub12	16:00	60ml Sub12
60ml Sub12	17:00	Altura Sub12 (2 grupos)
DISCO MIXTO	17:00	DISCO MIXTO
120ml sub12	18:00	
JABALINA	18:00	PESO
	18:15	120ml sub12
PESO	19:00	JABALINA
ENTREGA DE MEDALLAS	19:30	ENTREGA DE MEDALLAS

Normativa Campeonato de La Rioja de Lanzamientos Largos de Invierno Absoluto 19 marzo 2022

- 1- El campeonato se programa en la categoría absoluta. Se permitirá lanzar a atletas hasta la categoría Sub16 inclusive, con sus artefactos correspondientes.
- 2- Podrán participar atletas con licencia por la Federación Riojana de Atletismo. Se admitirá la participación de atletas de otras CC.AA. si la inscripción lo permite.
- 3- El criterio de admisión será por marca. Tendiéndose en cuenta las marcas de la temporada 2022 y 2021.
- 4- En los lanzamientos de mejora no se cambiará el orden de los atletas.
- 5- Inscripciones hasta el miércoles 16/03 hasta las 23:59.
- 6- El jueves 17 se publicará la lista de admitidos
- 7- Confirmación hasta 45 minutos antes.
- 8- Homologación de artefactos hasta 45 minutos antes de la hora de inicio.
- 9- Salida a pista 30 minutos antes de la hora de inicio.
- 10- Martillo mixto: 8 atletas en total (entre hombres y mujeres) – 6 lanzamientos
- 11- Disco mixto: 8 atletas en total (entre hombres y mujeres) – 6 lanzamientos
- 12- Jabalina y peso hombres: 8 atletas en total – 6 lanzamientos
- 13- Jabalina y peso mujeres: 8 atletas en total – 6 lanzamientos

Normativa Jornada Sub12

- 1- Inscripciones a la jornada Sub12 mediante la extranet de RFEA.
- 2- Para las pruebas de velocidad se contará con tacos, por si algún atleta desea usarlos (de manera NO obligatoria).
- 3- Para la altura se podrá utilizar la colchoneta de la zona cubierta en caso de un alto número de atletas y/o para poder empezar en una altura más asequible para algunos atletas (en torno a 0.70).
- 4- Las pruebas se realizarán conjuntamente con el campeonato de lanzamientos por lo que es extremadamente importante no acceder a la zona interior de hierba.

NORMATIVA COVID19

- Se permitirá el acceso de público a la instalación cumpliendo en todo momento con las indicaciones del personal de organización y las normas sanitarias aplicables a este tipo de eventos. Se deberá respetar la distancia de seguridad y la mascarilla será de uso obligatorio en todo momento dentro de la instalación.
- Los atletas deberán llevar obligatoriamente la mascarilla en todo momento. Se la podrán quitar a la hora de competir, volviéndosela a poner una vez finalizada la prueba.
- Una vez que los atletas terminen la prueba deberán abandonar inmediatamente la zona de competición y la zona de calentamiento, manteniendo la distancia de seguridad obligatoria.