Campeonato de La Rioja Máster y Campeonato de clubes Sub-16 Mixto.

CTD Adarraga 27/05/2023

HORARIO PROVISIONAL

MASCULINO	HORA	FEMENINO
5 KM MARCHA MASTER	16:45	3 KM MARCHA SUB-16 5 KM MARCHA MASTER
DISCO MASTER PESO MASTER DISCO SUB-16 (1 KG)	17:00	DISCO MASTER PESO MASTER PESO SUB-16 (3KG)
110 M.V MASTER	17:10	100 M.V SUB-16 100 M.V MASTER
300 M.V SUB-16	17:15	
400 M.V MASTER	17:20	400 M.V MASTER
1.500 M.OBST SUB-16	17:30	
3000 M.OBST MASTER PÉRTIGA SUB-16 PÉRTIGA MASTER	17:40	3000 M.OBST MASTER PÉRTIGA MASTER
1500 M.L MASTER	17:55	1500 M.L MASTER
MARTILLO MASTER	18:05	1.000 M.L SUB-16 MARTILLO MASTER MARTILLO SUB-16
600 M.L SUB-16 ALTURA MASTER	18:15	ALTURA SUB-16 ALTURA MASTER
800 M.L MASTER	18:20	800 M.L MASTER
400 M.L MASTER	18:30	400 M.L MASTER
	18:40	300 M.L SUB-16

200 M.L MASTER	18:50	200 M.L MASTER
LONGITUD MASTER LONGITUD SUB-16	18:45	LONGITUD MASTER
100 M.L SUB-16 100 M.L MASTER	19:00	100 M.L MASTER
JABALINA SUB-16 JABALINA MASTER	19:00	JABALINA MASTER
RELEVO 4X100 MIXTO SUB-16	19:15	RELEVO 4X100 MIXTO SUB-16
TRIPLE MASTER	19:20	TRIPLE SUB-16 TRIPLE MASTER
RELEVO 4X300 MIXTO SUB-16	19:30	RELEVO 4X100 MIXTO SUB-16

Normativa Campeonato de La Rioja Máster y Control 27 de Mayo 2023

1º.-Este Campeonato está sujeto a las normas dictadas por la F.R.A. para los Campeonatos Oficiales.

2º.- Se regirá también por la normativa Rfea para la categoría máster:

- En las pruebas de velocidad los atletas master no están obligados a utilizar tacos de salida, ni a realizar una salida agachada, ni a tener las dos manos en contacto con la pista.
- Los atletas que cambien de categoría durante el campeonato participarán en la categoría a la que pertenezcan el día de su primera participación en él. Igualmente podrán participar los atletas que cumplan 35 años durante el campeonato siempre que los tengan el día de su primera participación en él.
- Se permite que hombres y mujeres puedan competir juntos. Siendo válidos los resultados y récord obtenidos.
- Salidas nulas según normativa WA

. 3º- Las inscripciones se realizarán hasta las 23:59 h del miércoles anterior a la competición. Se realizarán a través de la intranet de la RFEA (https://isis.rfea.es/sirfea2/).

4º- Será necesario confirmar la participación hasta 60 minutos antes de la hora de la prueba.
5º- Podrán participar atletas de categorías inferiores siempre y cuando la prueba esté incluida en el programa de pruebas autorizadas de su categoría.

6º- Los 3 primeros atletas (con licencia riojana) clasificados en categoría masculina y femenina recibirán medallas por parte de la FRA

7º- Concursos y mejoras: En los concursos los atletas dispondrán de 3 intentos. Pasarán a la mejora en los concursos las 8 mejores marcas, que dispondrán de 3 intentos adicionales. Tanto en el paso a la mejora como en el paso a las finales, tendrán prioridad los atletas con licencia riojana.

8º Tablas: En longitud la tabla se situará a 3 metros.

9º- Una vez publicadas las listas definitivas, el viernes anterior a la competición, no se realizarán nuevas inscripciones.

Normativa Campeonato de Clubes Sub-16 Mixto 27 de Mayo 2023.

Art. 2) Este campeonato está sujeto a las normas dictadas por la F.R.A. para los Campeonatos oficiales.

Se disputará en la modalidad Mixto.

2.1.- Participación:

Esta competición está reservada para atletas de categoría Sub 16, pero se admite la participación de atletas Sub 14 en pruebas de su programa.

Se admite la participación de atletas fuera de concurso con las siguientes limitaciones:

- Carreras, sin límite.
- Concursos hasta un máximo de 12 atletas, teniendo preferencia aquellos que puntúen por un equipo y los de las categorías Sub 16 y Sub 14. El resto, las mejores marcas hasta completar los 12 participantes.

.-Cada equipo podrá estar representado por un atleta por prueba, y cada atleta podrá participar en una carrera y un concurso, además del relevo, excepto los Sub 14 que no podrán doblar.

.-No se permite la participación de atletas de Clubes asociados.

.-El número de cambios que podrá efectuar cada club con respecto a la inscripción inicial será de 5. Es obligatorio inscribir a los atletas que vayan a participar en la prueba de relevos. Los cambios efectuados en la prueba de relevos, sobre las inscripciones realizadas previamente, no se contabilizarán. Los cambios se deberán realizar en secretaría de la competición hasta 10’ antes del cierre de cámara de llamadas.

.-Para aparecer en la clasificación es necesario completar 10 actuaciones.

2.2.- Pruebas:

Las pruebas a celebrar son las siguientes:

Chicos	Chicas
● 100 ml. ● 600 ml. ● 1.500 MObst. ● 300 mv. ● Longitud ● Pértiga ● Disco ● Jabalina	● 300 ml. ● 1.000 ml. ● 100 mv. ● 3 Km marcha. ● Triple ● Altura ● Peso ● Martillo
Mixto	
○ Relevo 4 x 100 Mixto ○ Relevo 4 x 300 Mixto	

En lanzamientos y saltos horizontales se realizarán 3 intentos + mejora, pasarán a la misma los 8 mejores de los que puntúen por un equipo, la siguiente prioridad atletas sub 16 y resto hasta completar los 8 participantes.

Los listones se colocarán en la altura más baja de las solicitadas por los atletas (y el saltómetro lo permita) siempre con la cadencia de subida de 5 en 5 cm de altura y 10 en 10 cm en pértiga hasta que se alcancen las alturas siguientes:

- ALTURA: Mujeres, 1 metro con cadencia de 10 cm, Hasta 1,20 y después, de 5 en 5 cm.
- PÉRTIGA: Se empezará en 2 metros y con una cadencia de 10 cm hasta 2,40 y de 5 en 5 cm.

En el momento en que solo quede un atleta en competición (si es el vencedor), podrá solicitar la altura del listón que desee.

2.3.- Puntuación:

La puntuación será por puestos:

- Se asignará al primero, los mismos puntos que equipos participantes (N)
- N-1 al 2º.
- N-2 al 3º (y así sucesivamente).

Los atletas no presentados, retirados o descalificados no puntuarán.

.- En caso de empate entre 2 (o más) atletas los puntos se repartirán entre ambos.

.- Habrá una única clasificación conjunta sumando la puntuación de ambos géneros.

.-Será vencedor de cada una de las categorías, el club que consiga más número de puntos. En caso de empate a puntos, será declarado vencedor el club que haya conseguido más primeros puestos, de seguir el empate el que haya obtenido más segundos puntos y así sucesivamente.