

Pruebas de control

CTD Adarrağa 03/06/2023

Horario definitivo

| HOMBRES | HORA | MUJERES |
|---|-------|--|
| Altura Disco Absoluto (2kgs) | 17:00 | Altura Disco Absoluto (1kg) |
| | 17:00 | 100m vallas Absoluto (0,84) 100m vallas Sub16 Sub18 (0,762) |
| 110m vallas Absoluto (1,067) | 17:10 | |
| 100 m.l Semifinal | 17:20 | |
| | 17:40 | 100 m.l Semifinal |
| 400 m.l Triple | 18:00 | Triple |
| | 18:10 | 400 m.l |
| 1500 m.l Martillo Absoluto (7,26kg) Sub20 (6kg) Sub18 (5kg) y Sub16 (4kg) | 18:20 | Martillo Master (3kg) Absoluto (4kg) y Sub18 (3kg) |
| | 18:30 | 1500 m.l |
| 100 m.l. final | 18:40 | |
| | 18:45 | 100m.l. final |

Normativa Prueba de Control 3 de Junio 2023

1º- La Federación Riojana de Atletismo (FRA) programa las Pruebas de Control de la temporada 2023.

2º- 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/>).

Se podrán inscribir atletas que cuenten con licencia Autónoma o Nacional.

La dirección técnica de la FRA podrá admitir la participación a atletas de otras comunidades con Licencia Nacional, siempre y cuando la inscripción lo permita.

El jueves anterior a la competición se publicará el listado provisional de inscritos.

Si tras la publicación del listado provisional, si algún atleta de concursos no va a participar se ruega lo comunique.

3º- Será necesario confirmar la participación hasta 60 minutos antes de la hora de la prueba.

4º- En las pruebas podrán participar atletas de la categoría Sub16, Sub18, Sub20, Sub23, Senior y Máster, siempre y cuando la prueba esté incluida en el programa de pruebas autorizadas de su categoría.

5º- Se establecen los siguientes límites de participación:

Carreras: Sin límite de participación.

Concursos: 14 Atletas máximo.

6º- En triple, se dispondrán un máximo de tres tablas. Dos tablas serán las más pedidas por los atletas y, la otra, la más lejana que se pida.

7º- En altura se comenzará en 1.20 metros con cadencia de 10 centímetros hasta 1.40 metros, después, la cadencia será de 5 centímetros.

8º- En los concursos todos los atletas dispondrán de 3 intentos. Pasarán a la mejora en los concursos las ocho mejores marcas, diferenciando chicos y chicas, que dispondrán de tres intentos adicionales.

9º- La pista y césped artificial está reservada a atletas, jueces y entrenadores. El público deberá situarse en la grada.

10º- Una vez publicadas las listas definitivas, el jueves anterior a la competición, no se realizarán nuevas inscripciones.

11º- Se clasificarán a la final del 100 metros, las tres mejores marcas riojanas y las cinco mejores tiempos.