

Hombres	Hora	Mujeres
Martillo sub14-16-18 (3-4-5Kg)	10:00	Triple sub14
2000 obst (0,838)	10:05	
1500 obst (0,762)	10:15	
	10:25	1500 obst (0,762)
1.000 obst (0,762)	10:35	
	10:45	1.000 obst (0,762)
Triple Sub14	11:00	Martillo sub14-16-18 (3Kg)
		100m Sub16-18
100m Sub16-18	11:30	
	11:45	80m Sub14
Peso Sub14-16-18 (3-4-5 Kg)	12:00	Triple Sub16-18
80m Sub14	12:15	
	12:30	500m sub14
500m sub14	12:40	
	12:45	600m sub16
		Peso Sub14-16-18 (3Kg)
600m sub16	12:50	
Triple Sub16-18	13:00	800m sub18
800m sub18	13:05	
	13:15	80m final Sub14
80m final Sub14	13:20	
	13:30	100m final Sub16
	13:35	100m final Sub18
100m final Sub16	13:40	
100m final Sub18	13:45	

1- La Federación Riojana de Atletismo (FRA) programa esta jornada de JJDD de la temporada 2025. Sólo se disputarán si se cuenta con el visto bueno de la Dirección General de Deporte del Gobierno de La Rioja al menos 24 h antes de su celebración.

**2 - Las inscripciones se realizarán hasta las 23:59 h del miércoles anterior a la competición, a través de la intranet de la RFEA Call-Room (<https://atletismorfea.es/user/login-registro>). Se podrán inscribir únicamente atletas de categorías Sub 14, Sub16 y Sub18. El jueves anterior a la competición se publicará el listado definitivo de inscritos y el horario definitivo. Si tras la publicación del listado provisional, algún atleta NO va a participar, se ruega lo comunique**

3 -Será necesario confirmar la participación hasta 30 min antes de la hora de la prueba en secretaría.

4 -Siguiendo el objetivo de los JJDD, se tratará de dinamizar la competición para ampliar al mayor número de intentos posibles en los concursos. Por ello, se estipula que los concursos (excepto los saltos verticales) tendrán una duración de 1 hora, aproximadamente. Se prevé que los atletas deberán realizar la mayor parte de su calentamiento fuera de la zona de competición. Además, se ruega que los entrenadores también den las indicaciones necesarias a sus atletas para que la competición sea dinámica (preparación para el siguiente intento, colocación, etc.). En función del desarrollo de la prueba, el Juez Árbitro decidirá el nº de intentos.

5- **Tablas de triple:** 2 tablas por concurso. Se usará la tabla más lejana y la tabla más solicitada. A la hora de confirmar la prueba en secretaría los atletas tendrán que confirmar también la tabla.

6- **Pase a las finales:** 8 mejores tiempos

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