



# Lliga d'Atletisme

Categories convocades:  
SUB8, SUB10, SUB12, SUB14 I SUB16

## NORMATIVA GENERAL

### 1.- Categories convocades

- Sub8: nascuts/des els anys 2016 i 2017
- Sub10: nascuts/des els anys 2014 i 2015
- Sub12: nascuts/des els anys 2012 i 2013
- Sub14: nascuts/des els anys 2010 i 2011
- Sub16: nascuts/des els anys 2008 i 2009

### 2.- Condicions de participació

Per poder prendre-hi part, els esportistes i tècnics inscrits han d'estar en possessió de la llicència d'esportista emesa pel seu Consell Esportiu d'origen o la de la Federació Catalana d'Atletisme.

Els esportistes han de participar a la categoria que els correspon pel seu any de naixement i sexe.

La inscripció a la Lliga inclou la inscripció a les 4 jornades.

El personal tècnic, sempre major de 16 anys, ha d'estar en possessió d'una titulació esportiva reconeguda pel Departament d'Ensenyament i/o l'Escola Catalana de l'Esport.

- Departament d'Ensenyament: totes les titulacions esportives expedides i reconegudes per aquest òrgan seran vàlides per acreditar la formació.
- Escola Catalana de l'Esport: caldrà com a mínim un Curs d'Iniciació a Tècnic Esportiu (CIATE) o titulació equiparable reconeguda per l'Escola Catalana de l'Esport i/o la Federació de la modalitat esportiva corresponent.

### 3.- Inscripcions, baixes i incompareixences

Les inscripcions generals a la Lliga es faran mitjançant el corresponent full d'inscripció al Consell Esportiu d'Origen del **dilluns 14 de novembre de 2022 al divendres 30 de desembre de 2022**.

Aquestes, hauran de contenir les dades de tots els participants a la Lliga (esportistes i tècnics).

## 4.- Calendari

DATA	DESCRIPCIÓ	SEU
14 de novembre de 2022	Inici inscripcions	
30 de desembre de 2022	Finalització inscripcions	
17 de gener de 2023	Baixes jornada	
21 de gener 2023	1a Jornada	Girona – Gironès
21 de febrer de 2023	Baixes jornada	
25 de febrer 2023	2a Jornada	Palafrugell – Baix Empordà
09 de maig de 2023	Baixes jornada	
13 o 14 de maig 2023	Jornada Jocs Emporion	Banyoles – Pla de L'Estany
30 de maig de 2023	Baixes jornada	
3 de juny 2023	3a Jornada	Lloret de Mar – Selva

## 5.- Aspectes econòmics

El preu de la inscripció dels esportistes a la Lliga és de 20€ per esportista.

El cost de les llicències del Consell Esportiu – un dels requisits previs per poder-se inscriure a la competició

- Llicència d'esportista 12€
- Llicència de tècnic 24€

Les llicències, d'acord amb el Decret 58/2010, de 4 de maig, inclou l'assegurança obligatòria d'accident esportiu

## 6.- Aspectes tècnics

### a) Sistema de competició

- Es convoca competició masculina i femenina
- A cada jornada hi hauran 3 proves diferents per cada categoria
- Cada prova tindrà una hora prevista de començament
- Si el nombre de participants de cada categoria és molt elevat, a les curses de fons, es realitzaran diferents series
- El cronometratge serà manual
- Els jutges de les jornades són de la Federació Catalana d'Atletisme i per tant les marques són vàlides pel ranking de la RFEA.

### b) Modalitats i categories convocades

CATEGORIES	JORNADA 1	JORNADA 2	JORNADA 3	JORNADA 4
SUB 8	60 m. ll. – Llargada – 600 m. ll.	60 m. t. – Alçada – 1000 m. ll.	60 m. ll. – Pilota – 600 m. ll.	60 m. t. - Llargada – 1000 m. ll.
SUB 10	60 m. ll. – Llargada – 600 m. ll.	60 m. t. – Alçada – 1000 m. ll.	60 m. ll. – Pilota – 600 m. ll.	60 m. t. - Llargada – 1000 m. ll.
SUB 12	60 m. ll. – Llargada – 600 m. ll.	60 m. t. – Alçada – 1000 m. ll.	60 m. ll. – Pilota – 600 m. ll.	60 m. t. - Llargada – 2000 m. ll.
SUB 14	80mll – Llargada - 600 m. ll.	80 m. t. – Alçada – 3000 m. ll.	80mll – Pes – 1000 m. ll.	150 m. ll. - Triple Salt – 1000 m. obs.
SUB 16	100mll – Llargada - 600 m. ll.	100 m. t – Alçada - 3000 m. ll.	100mll – Pes – 1000 m. ll.	300 m. ll. - Triple Salt - 1500 m. obs.

m. ll.: Metres llisos

m. obs.: Metres obstacles

m. t.: Metres tanca

## c) Normativa tècnica

Proves	Material	Aspectes tècnics Sub8-Sub10	Aspectes tècnics Sub12	Aspectes tècnics Sub14	Aspectes tècnics Sub16
Llargada	Fossat de sorra-Cinta Mètrica-Rasclet-Taula de batuda	-3 intents cada participant <b>-Sub8:</b> Podran saltar just abans de la sorra. <b>-Sub10:</b> Mínim la taula de batuda haurà d'estar a 2 metres	-3 intents cada participant  -Mínim la taula de batuda haurà d'estar a 2 metres	- 3 intents cada participant  -Mínim la taula de batuda haurà d'estar a 2 metres	- 3 intents cada participant  -Mínim la taula de batuda haurà d'estar a 2 metres
Triple Salt	Fossat de Sorra-Cinta Mètrica-Rasclet-Taula de batuda			- 3 intents cada participant  - En funció de les marques dels participants, el jutge decidirà a quina distància es col·locarà la taula de batuda. Es pot triar entre 2 distàncies	- 3 intents cada participant  - En funció de les marques dels participants, el jutge decidirà a quina distància es col·locarà la taula de batuda. Es pot triar entre 2 distàncies
60 m. ll. 80 m. ll. 100 m. ll. 150 m. ll. 300 m. ll.	- Xiulet i Pistola per donar sortides - Cronòmetre - Startings	<b>60 m. ll.</b> -Sortida amb xiulet -Màxim 8 atletes per sèrie -Cronometratge manual	<b>60 m. ll.</b> -Sortida amb xiulet o pistola -Màxim 8 atletes per sèrie -Cronometratge manual - Sortida amb starting o sense	<b>80 m. ll. – 150 m. ll.</b> -Sortida amb pistola -Màxim 8 atletes per sèrie -Cronometratge manual - Sortida amb starting	<b>100 m. ll. – 300 m. ll.</b> -Sortida amb pistola -Màxim 8 atletes per sèrie -Cronometratge manual - Sortida amb starting
60 m. t. 80 m. t. 100 m. t.	- Xiulet i Pistola per donar sortides - Cronòmetre - Startings – Tanques		<b>60 m. t.</b> -Màxim 8 atletes per sèrie -Cronometratge manual - Sortida amb starting o sense - 5 tanques per carril - Alçada tanca <b>nen/a:</b> 0,50m	<b>80 m. t.</b> -Màxim 8 atletes per sèrie -Cronometratge manual - Sortida amb starting o sense - 9 tanques per carril - Alçada tanca <b>nois:</b> 0,84m Alçada tanca <b>noies:</b> 0,762m	<b>100 m. t.</b> -Màxim 8 atletes per sèrie -Cronometratge manual - Sortida amb starting o sense - 10 tanques per carril - Alçada tanca <b>nois:</b> 0,914m Alçada tanca <b>noies:</b> 0,762m

Proves	Material	Aspectes Tècnics Sub8-Sub10	Aspectes Tècnics Sub12	Aspectes Tècnics Sub14	Aspectes Tècnics Sub16
1000 m. ll. i 2000 m. ll.	Xiulet i Pistola per donar sortides – Cronòmetre	-A cada sèrie podran participar màxim 20 nens/es	-A cada sèrie podran participar màxim 20 nens/es	-A cada sèrie podran participar màxim 20 nens/es	-A cada sèrie podran participar màxim 20 nens/es
1000 m. obs. i 1500 m. obs.	Xiulet i Pistola per donar sortides – Cronòmetre – Obstacles-Rial			<b>1000 m. obs.</b> -A cada sèrie podran participar màxim 15 nens/es -Les curses poden ser mixtes -Alçada de l'obstacle: 0,762 -4 obstacles per volta	<b>1500 m. obs.</b> -A cada sèrie podran participar màxim 15 nens/es -Les curses poden ser mixtes -Alçada de l'obstacle: 0,762 -4 obstacles + ria per volta
Pilota i Pes	Pilota-Pes-Cinta mètrica-Zona de llançament	<b>Pilota</b> - 3 llançaments cada participant -La pilota ha de tenir un pes de 250gr	<b>Pilota</b> - 3 llançaments cada participant -La pilota ha de tenir un pes de 400gr	<b>Pes</b> - 3 llançaments cada participant -El pes ha de pesar en <i>nois</i> : 3kg. En <i>noies</i> : 2kg	<b>Pes</b> - 3 llançaments cada participant -El pes ha de pesar en <i>nois</i> : 4kg. En <i>noies</i> : 3kg

## d) Classificacions i guardons

- Es farà la classificació a cada jornada, per cada prova, categoria i sexe. Es donaran premis de participació per a tots els atletes a la darrera jornada.
- A les proves amb diferents sèries la classificació es farà a través tenint en compte els temps. No es faran semifinals i finals.

## 7.- Altres dades d'interès

Els Consells Esportius organitzadors podran modificar discrecionalment aquesta Normativa Tècnica pel propi bé dels participants i del desenvolupament de les activitats dels Jocs Esportius Escolars de Catalunya, i seran els responsables de decidir sobre les qüestions organitzatives o de competició que no estiguin contemplades en aquesta normativa general.