

## NORMATIVA XERAL DA MODALIDADE DE ATLETISMO PISTA INDIVIDUAL DAS XORNADAS PROGRAMADAS CURSO 2021/2022 ZONAS: CORUÑA - FERROL

### ESCENARIO DE PRÁCTICAS

Celebraranse as probas nas pistas do INEF (Bastiagueiro)-Oleiros.

### DATAS PREVISTAS ZONAS CORUÑA-FERROL

- 1ª Xornada 27/03/2022 – Categoría Alevín , pistas de Bastiagueiro (Oleiros). Horario de mañá
- 2ª Xornada 27/03/2022 - Categoría Benxamín pistas de Bastiagueiro (Oleiros). Horario de tarde.
- 3ª Xornada 03/04/2022 - Categoría Infantil pistas de Bastiagueiro (Oleiros). Horario de mañá .
- 4ª Xornada 03/04/2022 - Categoría Alevín, pistas de Bastiagueiro (Oleiros). Horario de tarde.
- 5ª Xornada 30/04/2022 - Categoría Infantil , pistas de Bastiagueiro (Oleiros). Horario de mañá .
- 6ª Xornada 30/04/2022 – Categoría Benxamín , pistas de Bastiagueiro (Oleiros). Horario de tarde.

### PARTICIPANTES

Poderán participar nesta modalidade todas as entidades (clubs, centros educativos, asociacións, ANPAS, etc.) que cumpran os requisitos da inscrición. Todos os atletas participantes deberán estar mutualizados previamente no programa Xogade, na páxina [www.deporteescolargalego.com](http://www.deporteescolargalego.com), na actividade deportiva escolar, modalidade de Atletismo en Pista.

### CATEGORÍAS

**BENXAMÍN:** Nados nos anos 2014-2013 masculino e feminino

**ALEVÍN.....:** Nados nos anos 2012-2011 masculino e feminino

**INFANTIL....:** Nados nos anos 2010-2009 masculino e feminino

A categoría cadete estará enmarcada no programa de Tecnificación organizado pola Federación Galega de Atletismo.

### FASES

Celebraranse tres xornadas previas á fase provincial, nas que se programarán todas as probas indicadas no cadro do programa.

### SISTEMA DE COMPETICIÓN FASES PREVIAS

- **Participantes por entidade.**

Cada entidade poderá participar nas fases previas co número de participantes que desexe, a excepción dos concursos, nos que o número máximo de participantes por entidade, proba e categoría será de 6. En casos de escasa participación, e de forma excepcional, os servizos provinciais poderán autorizar a participación de máis atletas por proba e entidade, sempre que non se interrompa o normal desenvolvemento da competición. A participación na fase provincial queda supeditada a normativa propia de cada Campionato.No caso dunha participación masiva en carreiras, poderase limitar as participacións tamen a un número determinado por club, polo que será importante engadir no campo dorsal a orde de participación.

- **Participacións máximas.**

**Benxamín e Alevín:** Cada atleta poderá participar nun máximo de 2 probas individuais e o relevo. No caso de ser carreiras, só unha poderá superar os 250m. A proba de remudas

considerase a todos os efectos unha proba (carreira) agás que, en función da inscrición, o Servizo Provincial decida o contrario.

**Infantil:** Cada atleta poderá participar como máximo en 3 probas das que compoñen o programa, respectando sempre a seguinte norma: 3 concursos, 1 concurso e 2 carreiras, ou 2 concursos e 1 carreira. No caso de participar en 2 carreiras, só unha poderá superar os 250m. A proba de remudas considerase a todos os efectos unha proba (carreira).

Os participantes en Triatlón (alevín) e os participantes en Tetratlón (infantil) non poderán participar na mesma xornada noutra proba do programa individual nin na remuda. Cada entidade só poderá presentar un equipo de remuda por categoría e sexo.

Nas probas combinadas permitirase un máximo de 25 atletas inscritos por proba e categoría/subcategoría. No caso de superar este máximo, limitarase a inscrición a 4 atletas por entidade.

#### **Número de intentos.**

Os concursos realizaranse con mellora na fase Provincial, sempre que o horario das probas o permita. Nas fases previas realizarase soamente 3 intentos.

#### **Clasificación.**

Para o Campionato Provincial: para as categorías Benxamín, Alevín, Infantil (masculino e feminino), clasificaranse as 16 mellores marcas da totalidade de probas realizadas nas fases previas. Se algún ou algunha atleta non puidese participar en ningunha das fases previas por motivos de enfermidade, lesión, etc, será potestade do Servizo Provincial correspondente a súa admisión na fase provincial, previa proposta razoada da Federación Galega ou Delegación Federativa correspondente.

#### **INSCRICIÓN**

As inscricións realizaranse a través do sistema on-line da Federación Galega de Atletismo <https://isis.rfea.es/sirfea2/>, coas claves de Usuario e contrasinal asignadas e enviadas a cada club que xa participaron na modalidade de Campo a Través, no caso de non ter dita clave poden solicitala a Federación Galega de Atletismo, ao correo electrónico [competición@atletismo.gal](mailto:competición@atletismo.gal)

*No caso de entidades que non estean federadas (centros educativos, agrupacións deportivas, ... ), a inscrición farase cubrindo unha folla de cálculo de inscrición na que se faga constar nome e apelidos do/a deportista, data de nacemento, categoría e nome do Club/Colexio (achégase modelo), e que terán que enviar por correo electrónico a [competición@atletismo.gal](mailto:competición@atletismo.gal) e ao Servizo de Deporte [deportes.coruna@xunta.es](mailto:deportes.coruna@xunta.es), con data límite as 14:00 horas do martes da mesma semana da competición. Aínda así, e por cuestións prácticas, prégase o emprego da citada Plataforma, xa que facilita o manexo da información. Non se aceptarán inscricións fóra de prazo.*

#### **PROGRAMA DE PROBAS DA COMPETICION INDIVIDUAL**

CATEGORIA MASCULINA			CATEGORIA FEMININA		
Benx	Alev	Inf	Benx	Alev	Inf
50m	60m	80m	50m	60m	80m
500m	500m	150m	500m	500m	150m
		500m			500m
1000m	1000m	1000m	1000m	1000m	1000m
	2000m	2000m		2000m	2000m
		80m.v. 0,84			80m.v. 0,76
		220m.v. 0,76			220m.v. 0,76
		1000 obstáculos			1000 obstáculos
1km marcha	2km marcha	2km marcha	1km marcha	2km marcha	2km marcha
Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude triplo*	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude triplo*
Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura
		Pértega			Pértega
Peso 1kg	Peso 2kg	Peso 3kg	Peso 1 kg	Peso 2kg	Peso 3kg

Pelota 200gr	Pelota 300 gr	Xavelina 500grs	Pelota 200gr		Xavelina 400grs
		Martelo 2kg Disco 800gr		Pelota 300 gr	Martelo 2kg Disco 800gr
4x50	4x60	4x80	4x50	4x60	4x80

\* Con táboas a 6m. e 8m. e carreira máxima de 15m.

\*Para as categorías benxamin e alevín, nas probas de velocidade non é obrigatorio a saída de tacos nen a medición do vento. Nos infantiles, nas probas de velocidade e valados e obrigatorio a saída con catro apoios (con ou sin tacos) e a medición do vento.

\* Cadencias das alturas:

-benxamín: 0.80-0.85-0.90-0.95-1.00 (3/3)

-alevín: 0.85-0.90-0.95-1.00-1.05-1,10-1,15 (3/3)

-infantil: 0.90-0.95-1.00-1.05-1.10-1.15-1.20 (3/3)

## HORARIOS 1ª XORNADA ATLETISMO PISTA

**Categorías: (masculino e feminino)**

CARRERAS	SEXO	CATEGORÍA	HORA	CONCURSOS	SEXO	CATEGORÍA
2000 marcha	H/M	Alevín	10:00	Altura	H	Alevín
				Lonxitude	M	Alevín
				Pelota 300gr	M	Alevín
50 m Triatlón	H	Benxamín	10:15			
50 m Triatlón	M	Benxamín	10:35			
60 m	H	Alevín	10:55			
			11:00	Peso 1kg. Triatlón	H	Benxamín
				Lonxitude Triatlón	M	Benxamín
			11:15	Peso 2 kg.	H	Alevín
60 m	M	Alevín				
500 m	H	Alevín	11:35			
500 m	M	Alevín	11:50			
			12:00	Lonxitude	H	Alevín
				Altura	M	Alevín
				Peso 2 kg.	M	Alevín
1000 m	H	Alevín	12:05			
1000 m	H	Alevín	12:20			
1000 m	M	Alevín	12:35			
2000 m	H	Alevín	12:50			
			13:00	Peso 1kg. Triatlón	M	Benxamín
				Pelota 300gr	H	Alevín
				Lonxitude Triatlón	H	Benxamín
2000 m	M	Alevín	13:05			
4x60	H	Alevín	13:20			
4x60	M	Alevín	13:35			

Os horarios son provisionais. O definitivo publicarase ao peche das inscricións por se fixese falta modificar algunha cousa.

## HORARIOS 2ª XORNADA ATLETISMO PISTA

**Categorías: (masculino e feminino)**

CARRERAS	SEXO	CATEGORÍA	HORA	CONCURSOS	SEXO	CATEGORÍA
1000 marcha	H/M	Benxamín	16:30	Altura	H	Benxamín
				Lonxitude	M	Benxamín
				Pelota 200gr	M	Benxamín
80 m Tetratlón	H	Infantil	16:45			
80 m Tetratlón	M	Infantil	17:05			
50 m	H	Benxamín	17:25			
			17:30	Peso 3kg. Tetratlón	H	Infantil
				Lonxitude Tetratlón	M	Infantil
				Peso 1kg.	H	Benxamín
50 m	M	Benxamín	17:45			
500 m	H	Benxamín	18:05			
500 m	M	Benxamín	18:20			
			18:30	Peso 3kg. Tetratlón	M	Infantil
				Altura	M	Benxa
				Lonxitude Tetratlón	H	Infantil
1000 m	H	Benxamín	18:35			
1000 m	H	Benxamín	18:50			
1000 m	M	Benxamín	19:05			
80mv Tetra 0.84	H	Infantil	19:20			
			19:30	Lonxitude	H	Benxamín
				Pelota 200gr	H	Benxamín
				Peso 1kg.	M	Benxamín
80 mv Tetra 0.76	M	Infantil	19:35			
4x50	H	Benxamín	19:50			
4x50	M	Benxamín	20:10			

Os horarios son provisionais. O definitivo publicarase ao peche das inscricións por se fixese falta modificar algunha cousa.

### HORARIOS 3ª XORNADA ATLETISMO PISTA

Categorías: (masculino e feminino)

CARREIRAS	SEXO	CATEGORÍA	HORA	CONCURSOS	SEXO	CATEGORÍA
80 m v 0, 84	H	Infantil	10:00	Martelo 3 kg	H/M	Infantil
				Lonxitude	H	Infantil
				Altura	M	Infantil
				Peso 3 Kg.	H	Infantil
80 m v 0, 76	M	Infantil	10:05			
60 m Triatlon	H	Alevín	10:10			
60 m Triathlon	M	Alevín	10:25			
80 m	H	Infantil	10:40			
80 m	M	Infantil	11:00	Lonxitude	M	Infantil
				Peso 2 kg Triatlon	M	Alevín
				Disco 800 gr.	H/M	Infantil
				Pértega	H/M	Infantil
				Lonxitude Triatlon	H	Alevín
500 m	H	Infantil	11:20			
500 m	M	Infantil	11:30			
1000 m	H	Infantil	11:40			
1000 m	M	Infantil	11:50			
3000 m	M/H	Infantil	12:00	Peso 3 kg.	M	Infantil
				Altura	H	Infantil
				Xavalina 500 gr.	H	Infantil
				Triple	H/M	Infantil
150 m	H	Infantil	12:15			
150 m	M	Infantil	12:30			
220 m v 0,76	H	Infantil	12:45			
220 m v 0,76	M	Infantil	12:55			
			13:00	Lonxitude Triatlon	M	Alevín

				Xavalina 400 gr.	M	Infantil
				Peso 2 kg Triatlon	H	Alevín
1000 m Obstáculos	H/M	Infantil	13:05			
2000 m. Marcha	H/M	Infantil	13:15			
4x80	H	Infantil	13:40			
4x80	M	Infantil	13:50			

Os horarios son provisionais. O definitivo publicarase ao peche das inscricións por se fixese falta modificar algunha cousa.

### HORARIOS 4ª XORNADA ATLETISMO PISTA

**Categorías: (masculino e feminino)**

CARRERAS	SEXO	CATEGORÍA	HORA	CONCURSOS	SEXO	CATEGORÍA
2000 marcha	H/M	Alevín	16:30	Altura	H	Alevín
				Lonxitude	M	Alevín
				Pelota 300gr	M	Alevín
50 m Triatlón	H	Benxamín	16:45			
50 m Triatlón	M	Benxamín	17:05			
60 m	H	Alevín	17:25			
			17:30	Peso 1kg. Triatlón	H	Benxamín
				Lonxitude Triatlón	M	Benxamín
				Peso 2 kg.	H	Alevín
60 m	M	Alevín	17:45			
500 m	H	Alevín	18:05			
500 m	M	Alevín	18:20			
			18:30	Lonxitude	H	Alevín
				Altura	M	Alevín
				Peso 2 kg.	M	Alevín
1000 m	H	Alevín	18:35			
1000 m	H	Alevín	18:50			
1000 m	M	Alevín	19:05			
2000 m	H	Alevín	19:20			
			19:30	Peso 1kg. Triatlón	M	Benxamín
				Pelota 300gr	H	Alevín
				Lonxitude Triatlón	H	Benxamín
2000 m	M	Alevín	19:35			
4x60	H	Alevín	19:50			
4x60	M	Alevín	20:05			

**HORARIOS 5ª XORNADA ATLETISMO PISTA**  
**Categorías: (masculino e feminino)**

CARREIRAS	SEXO	CATEGORÍA	HORA	CONCURSOS	SEXO	CATEGORÍA
80 m v 0, 84	H	Infantil	10:00	Martelo 3 kg	H/M	Infantil
				Lonxitude	H	Infantil
				Altura	M	Infantil
				Peso 3 Kg.	H	Infantil
80 m v 0, 76	M	Infantil	10:05			
60 m Triatlon	H	Alevín	10:10			
60 m Triathlon	M	Alevín	10:25			
80 m	H	Infantil	10:40			
80 m	M	Infantil	11:00	Lonxitude	M	Infantil
				Peso 2 kg Triatlon	M	Alevín
				Disco 800 gr.	H/M	Infantil
				Pértega	H/M	Infantil
				Lonxitude Triatlon	H	Alevín
500 m	H	Infantil	11:20			
500 m	M	Infantil	11:30			
1000 m	H	Infantil	11:40			
1000 m	M	Infantil	11:50			
3000 m	M/H	Infantil	12:00	Peso 3 kg.	M	Infantil
				Altura	H	Infantil
				Xavalina 500 gr.	H	Infantil
				Triple	H/M	Infantil
150 m	H	Infantil	12:15			
150 m	M	Infantil	12:30			
220 m v 0,76	H	Infantil	12:45			
220 m v 0,76	M	Infantil	12:55			
			13:00	Lonxitude Triatlon	M	Alevín

				Xavalina 400 gr.	M	Infantil
				Peso 2 kg Triatlon	H	Alevín
1000 m Obstáculos	H/M	Infantil	13:05			
2000 m. Marcha	H/M	Infantil	13:15			
4x80	H	Infantil	13:40			
4x80	M	Infantil	13:50			

### HORARIOS 6ª XORNADA ATLETISMO PISTA

#### Categorías: (masculino e feminino)

CARRERAS	SEXO	CATEGORÍA	HORA	CONCURSOS	SEXO	CATEGORÍA
1000 marcha	H/M	Benxamín	16:30	Altura	H	Benxamín
				Lonxitude	M	Benxamín
				Pelota 200gr	M	Benxamín
80 m Tetratlón	H	Infantil	16:45			
80 m Tetratlón	M	Infantil	17:05			
50 m	H	Benxamín	17:25			
			17:30	Peso 3kg. Tetratlón	H	Infantil
				Lonxitude Tetratlón	M	Infantil
				Peso 1kg.	H	Benxamín
50 m	M	Benxamín	17:45			
500 m	H	Benxamín	18:05			
500 m	M	Benxamín	18:20			
			18:30	Peso 3kg. Tetratlón	M	Infantil
				Altura	M	Benxa
				Lonxitude Tetratlón	H	Infantil
1000 m	H	Benxamín	18:35			
1000 m	H	Benxamín	18:50			
1000 m	M	Benxamín	19:05			
80mv Tetra 0.84	H	Infantil	19:20			
			19:30	Lonxitude	H	Benxamín
				Pelota 200gr	H	Benxamín
				Peso 1kg.	M	Benxamín
80 mv Tetra 0.76	M	Infantil	19:35			
4x50	H	Benxamín	19:50			
4x50	M	Benxamín	20:10			

### SISTEMA DE COMPETICIÓN DE PRBAS COMBINADAS

#### CATEGORÍAS:



BENXAMÍN: Nados nos anos 2014-2013 masculino e feminino  
ALEVÍN.....: Nados nos anos 2012-2011 masculino e feminino  
INFANTIL...: Nados nos anos 2010-2009 masculino e feminino

## FASES

BENXAMÍN: Campionato Provincial  
ALEVÍN: Campionato provincial  
INFANTIL: Campionato provincial

## CLASIFICACIÓN

Para o Campionato Provincial das categorías alevín e infantil a inscrición é aberta, sen clasificación previa. No suposto caso de que nalgunha provincia se prevea unha masiva participación ésta limitarase a un número determinado de participantes por colexio e club.

## INSCRICIÓN

A data límite de inscrición é o martes da mesma semana da competición. A Federación Galega de Atletismo publicará con data límite o mércores da mesma semana da competición a listaxe dos atletas inscritos

## PROGRAMA DE PROBAS COMBINADAS

MASCULINA			FEMININA		
BENXAMÍN TRIATLON	ALEVÍN TRIATLÓN	INFANTIL TETRTLÓN	BENXAMÍN TRIATLON	ALEVÍN TRIATLÓN	INFANTIL TETRTLÓN
50 M.	60 M.	80 M.	50 M.	60 M.	80 M.
LONXITUDE	LONXITUDE	LONXITUDE	LONXITUDE	LONXITUDE	LONXITUDE
PESO 1 KG.	PESO 2 KG.	PESO 3 KG.	PESO 1KG.	PESO 2 KG.	PESO 3 KG.
		80MV			80 MV.

## TRANSPORTE

As entidades que precisen transporte deberán solicitalo por correo electrónico ao Coordinador da súa zona:

-Entidades da zona da Coruña →sdbus.coruna@xunta.gal →Servizo Deporte 881960767

-Entidades da zona de Ferrol →deporteidadeescolar@hotmail.com →Coordinador: José Amando (móbil 660211720)

O transporte solicitarase antes das 14.00 horas do martes anterior á xornada da competición, indicando os seguintes datos:

Nome e día da competición, nome da entidade solicitante, nº de prazas totais (atletas+adestradores), hora e lugar de saída, enderezo de destino, hora prevista de regreso e nome e móbil do responsable da entidade que vai no bus.

## ASISTENCIA SANITARIA

Como proceder:

- ♣ En caso de URXENCIA VITAL (perigo de morte, risco de perda anatómica...), os/as asegurados/as poden acudir ao servizo de emerxencias máis próximo e comunicarán o accidente antes de 24 horas.
- ♣ En caso de NON URXENCIA VITAL cubrirán a comunicación de accidente antes de acudir ao centro sanitario que lle indique a aseguradora.

En ningún caso estarán cubertos os incidentes non notificados.

Para a certificación posterior teñen 7 días desde o do accidente.

Comunicación e Apertura do Expediente. Teñen dúas vías á súa disposición:

- ♣ Por teléfono no número exclusivo de Asistencia para XOGADE no número 91 737 28 18 ou ,
- ♣ Na plataforma [www.depor-xogade.com](http://www.depor-xogade.com)

Unha vez aberto o expediente recibirán comunicación por SMS / correo electrónico informando do número de expediente e do código de acceso á plataforma para o seguimento do mesmo. O noso servizo médico contactará á maior brevidade por teléfono para derivalos a un centro médico.

A empresa que se porá en contacto con vostedes será: Canal Salud 24 S.L Email:

[gestionxogade@canalsalud24.com](mailto:gestionxogade@canalsalud24.com)

TLF DE ASISTENCIA 91 737 28 18

## MÁIS INFORMACIÓN

Todos os aspectos non recollidos nesta norma e na normativa específica de Atletismo en Pista, que poden consultar na páxina web <http://xogade.xunta.gal/> , serán regulados pola normativa oficial da Federación Galega de Atletismo e reflectida na páxina web <https://atletismo.gal/>

## PROTOCOLO FISICOVID-DXTGALEGO

Para o desenvolvemento desta competición seguirase o **PROTOCOLO FISICOVID-DEPORTEGALEGO XOGADE 2021/22** que podedes atopar na páxina web de Xogade: [www.xogade.xunta.gal](http://www.xogade.xunta.gal) e o **PROTOCOLO FISICOVID-DXTGALEGO DE ATLETISMO** da Federación Galega de Atletismo que podedes consultar na páxina web da Federación: <https://atletismo.gal/>

Aplicaranse os protocolos vixentes no momento da competición.

Ditos protocolos son de obrigado cumprimento para todas as persoas participantes nestas Xornadas.