

## Campeonato de Asturias de Invierno de Clubes y Control

### Campeonato de Asturias de Invierno de Lanzamiento de Jabalina (2ª jornada)

**DOMINGO, 11 de FEBRERO de 2024 en las Pistas de Las Mestas (Gijón) - (PROVISIONAL)**



		INSCR.	SERIES	MEJORA
10,30	Altura (F)			
	Triple (M) - tabla mínima 10 m. y otra a elección			
	Peso (F) (4k)			
11,00	60 m. vallas (F) - solo Campeonato			
11,10	60 m. vallas (M) - solo Campeonato			
11,20	60 m. lisos (F)			
	Peso (M) (7,260k)			
11,30	Altura (M)			
	Triple (F) - tabla mínima 8 m. y otra a elección			
11,40	60 m. lisos (M)			
12,00	800 m. lisos (F) - solo Campeonato			
12,05	800 m. lisos (M) - solo Campeonato			
12,10	Pértiga (F) - solo Campeonato			
12,15	400 m. lisos (F)			
12,25	400 m. lisos (M)			
12,30	Longitud (M) - tabla 3 m.			
	Jabalina (F) (600g)			
12,35	1.500 m. lisos (F)			
12,45	1.500 m. lisos (M)			
13,00	200 m. lisos (F) - solo Campeonato			
13,05	200 m. lisos (M) - solo Campeonato			
13,15	3.000 m. lisos (F)			
13,20	Pértiga (M) - solo Campeonato			
13,30	3.000 m. lisos (M)			
	Longitud (F) - tabla 3 m.			
	Jabalina (M) (800g)			
13,45	Relevo 4x400 m. (F)			
13,50	Relevo 4x400 m. (M)			

Los horarios de los lanzamientos son orientativos, si se retrasa alguno de ellos, el siguiente no comenzará hasta que no hayan calentado los atletas participantes tras efectuar 2 lanzamientos cada uno por orden del juez de la prueba.

La reglamentación en cuanto a participación de atletas sub16, sub18 y sub20 es la establecida por la R.F.E.A. para las competiciones de clubes. Cada atleta a partir de sub18 pueden hacer 1 prueba individual+relevé. Los/as atletas sub16 pueden hacer el relevé. Los atletas sub14 están autorizados a competir en sus pruebas de P.C.: 60 m. lisos-Altura-Pértiga-Longitud.

Todos los equipos en cada categoría a la hora de participar deben cubrir como mínimo 6 de las 12 pruebas individuales (la competición es a 1 atleta por prueba) más el relevé que es obligatorio. Puntuación por puestos.

Atletas de clubes asociados: 6 participaciones.

Los listones siempre se situarán en la altura más baja solicitada, subiendo de 10 en 10 cm. en Altura y de 20 en 20 cm. de 20 en 20 cm. en Pértiga (los de clubes, los de control de Altura empiezan en altura indicada), hasta las siguientes alturas:  
 Altura Masculina: 1,55-1,60-1,65-1,69-1,73-1,77-1,80 y de 3 en 3 cms.  
 Altura Femenina: 1,37-1,42-1,46-1,50-1,53-1,56-1,59-1,61 y de 2 en 2 cms.  
 Pértiga Masculina: 3,10-3,30-3,50-3,70-3,90-4,10-4,25-4,35 y de 10 en 10 cm.  
 Pértiga Femenina: 2,55-2,70-2,85-2,95-3,05-3,10 y de 5 en 5 cm.

Los cambios en los equipos se harán hasta las 9,45 horas, excepto por lesión hasta 10 minutos antes de las pruebas.

Los relevés deben rellenar la ficha que se publica con la composición de los equipos y entregar hasta 1 hora antes

Se permite la participación de atletas fuera de competición, no pudiendo entrar en mejora si hay más de 8 atletas de clubes

En los concursos de control podrán participar l@s 6 mejores atlet@s inscritos. En carreras, se admitirán atletas en control hasta un total, junto al de equipos, de 6 series en 60 m. lisos, 4 series en 400 m. y 2 en 1.500 y 3000 m

En las pruebas de 200 m., 800 m., 60 m. vallas y Pértiga el control se celebra en la jornada anterior del 10 de Febrero. En el control de 60 m. lisos no pueden participar los atletas Sub14 y Sub16. En el control de 3.000 m. lisos no pueden participar los atletas Sub14, Sub16 y Máster.