

PROGRAMA DE ATLETISMO

Curso 2019-2020



Se trata de desarrollar un programa de competición de atletismo con todos los Municipios, Centros Escolares y/o Clubes de la Provincia de Valladolid. Las categorías y edades serán las oficiales de la Federación Territorial de Atletismo de Castilla y León, que al mismo tiempo, serán los responsables de la competición.

BASES DE COMPETICIÓN

1. CAMPO A TRAVÉS

INSCRIPCIONES

La inscripción será libre por cada Centro Escolar, Club y/o Municipio, pudiendo inscribir todos los atletas que se desee. Se presentará una Hoja de Inscripción en la que se relacionará por categorías el nombre y apellidos de todos los atletas.

Los Dorsales se entregará, en la propia competición, una hora antes del comienzo de la prueba y se colocarán en el pecho del atleta sujeto a la camiseta con cuatro imperdibles.

Los dorsales que se entreguen en la primera prueba de Campo a Través servirán para todas las jornadas y competiciones de Atletismo en la Temporada 2019-2020.

CATEGORIAS

Para la realización de todas las pruebas se convocan las siguientes categorías:

PREBENJAMÍN:	nacidos en los años 2013 y 2014
BENJAMÍN:	nacidos en los años 2011 y 2012
ALEVÍN:	nacidos en los años 2009 y 2010
INFANTIL:	nacidos en los años 2007 y 2008
CADETE:	nacidos en los años 2005 y 2006

DISTANCIAS

CATEGORÍAS	MUJERES			HOMBRES		
	1ª Jornada 23-Noviembre-2019	2ª Jornada 14 -Diciembre-2019	3ª Jornada 18 -Enero-2020	1ª Jornada 23-Noviembre-2019	2ª Jornada 14 -Diciembre-2019	3ª Jornada 18 -Enero-2020
PREBENJAMÍN	500 m.l.	750 m.	1000 m.	1000 m.l.	1250 m.	1500 m.
BENJAMÍN	500 m.l.	750 m.	1000 m.	1000 m.l.	1250 m.	1500 m.
ALEVÍN	1000 m.l.	1250 m.	1500 m.	1500 m.l.	1750 m.	2000 m.
INFANTIL	1500 m.l.	2000 m.	2500 m.	2000 m.l.	2500 m.	3000 m.
CADETE	1500 m.l.	2000 m.	2500 m.	2000 m.l.	2500 m.	3000 m.

HORARIO

HORA	CATEGORÍA Y SEXO
11.00	Cadete Masculino
11.25	Cadete Femenino
11.45	Infantil Masculino
12.00	Infantil Femenino
12.15	Prebenjamín Masculino
12.20	Prebenjamín Femenino
12.30	Benjamín Masculino
12.40	Benjamín Femenino
12.50	Alevín Masculino
13.05	Alevín Femenino

PREMIOS

Se establecen los siguientes:

- MEDALLA: a los Tres primeros clasificados de cada categoría.

Nota: Los premios se entregarán al final de cada jornada de Campo a Través

FECHAS

1ª JORNADA: 23 de Noviembre de 2019

PINAR DE ANTEQUERA
VALLADOLID

2ª JORNADA: 14 de Diciembre de 2019

ZONA POLIDEPORTIVO MUNICIPAL
ALDEAMAYOR DE SAN MARTÍN

3ª JORNADA: 18 de Enero de 2020

ERMITA DE SACEDON
PEDRAJAS DE SAN ESTEBAN

2. TORNEO "JUGANDO AL ATLETISMO"

Se trata de dar al atletismo una vertiente más lúdica, participativa y menos discriminatoria, fomentando, además, los hábitos saludables, el trabajo en equipo y el juego limpio.

INSCRIPCIONES

La inscripción se realizará de forma individual, atletas masculinos y femeninos, del mismo Municipio, Club y/o Centro Escolar.

La competición tendrá lugar los sábados en jornada de Mañana. (11:00 horas)

CATEGORIAS

Para la realización de todas las pruebas se convocan las siguientes categorías:

PREBENJAMÍN:	nacidos en los años 2013 y 2014
BENJAMÍN:	nacidos en los años 2011 y 2012
ALEVÍN:	nacidos en los años 2009 y 2010
INFANTIL:	nacidos en los años 2007 y 2008
CADETE:	nacidos en los años 2005 y 2006

PRUEBAS

1ª JORNADA 1 de Febrero de 2020	2ª JORNADA 15 de Febrero de 2020
10 x 10 metros (Entre conos)	60 metros con vallitas
Lanzamiento de Peso de parado	Lanzamiento de Jabalina Vortex
Triple Salto desde parado	Carrera de Obstáculos

En la Competición todos los atletas tienen que realizar las TRES pruebas de cada jornada.

REGLAMENTO DE LAS PRUEBAS

Las mediciones de las distancias saltadas o lanzadas se realizarán teniendo en el suelo una cinta métrica, que será la referencia para las mediciones con distancias como mínimo de 5 cm.

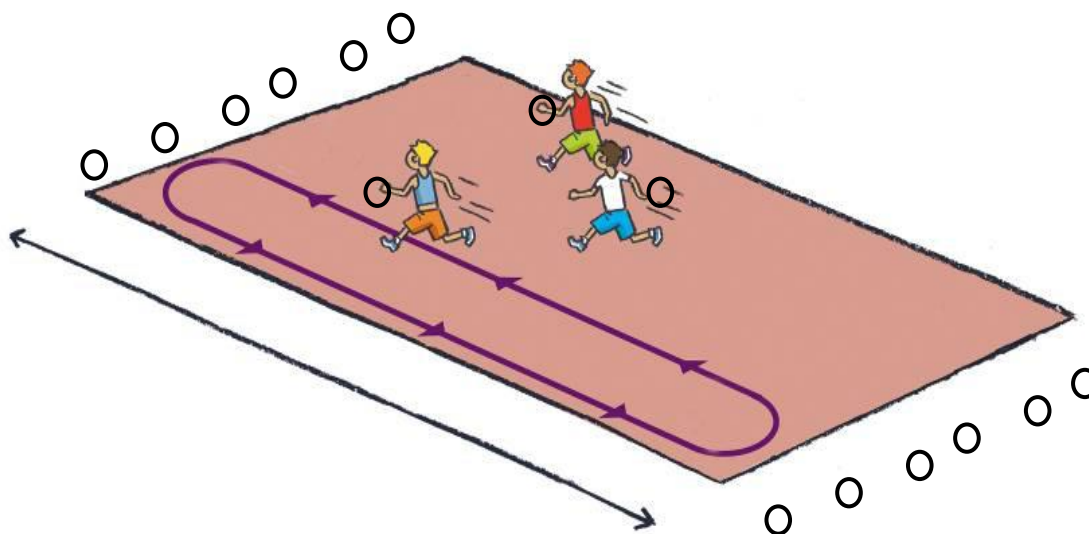
1. CARRERA 10 x 10 METROS

Carrera cronometrada sobre una distancia de 10 metros que habrá que recorrer 10 veces, cinco idas y cinco vueltas, recorriendo una distancia total de 100 metros.

Cada participante antes de cambiar de sentido, es decir de dar la vuelta, deberá coger una anilla u objeto similar que estará detrás de la línea de los diez metros. Deberá dejarla en el otro lado, detrás de la línea desde donde realizó la salida, posándolas en el suelo dentro de una zona delimitada o introduciéndola dentro de un cono, pero no se deberán arrojar. Y así hasta completar cinco anillas.

Se anotará el tiempo invertido por cada participante. El tiempo se parará a cada participante cuando éste pose detrás de la línea o introduzca en el cono la última (la quinta) anilla, sin arrojarla.

Sólo se realizará un intento, en el que participan a la vez los cuatro o cinco alumnos, uno por cada Centro Escolar que componga el grupo.



2. SESENTA METROS VALLITAS IDA Y VUELTA

Ubicación de las vallitas:

Categorías Prebenjamín, Benjamín y Alevín: 0,30 m.

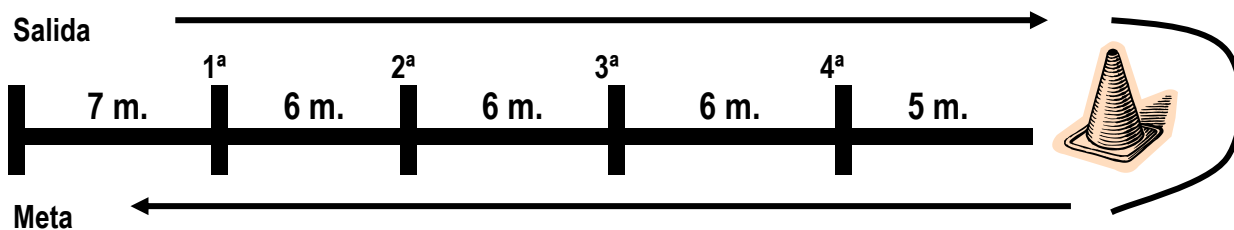
Categorías Infantil y Cadete: 0,50 m.

Salida 7 metros.

Entre vallas 6 metros.

Última valla a meta 5 metros

Y recorrido a la inversa para llegar a la Salida



3. LANZAMIENTO DE PESO

Categorías Prebejnamín, Benjamín y Alevín: 1 Kg
Categoría Infantil: 2 Kg
Categoría Cadete: 3 Kg



4. TRIPLE SALTO DESDE PARADO

La posición inicial será con los dos pies paralelos detrás de la línea, tomar impulso, primer apoyo pie derecho, segundo apoyo pie izquierdo y caída con los dos pies, si es diestro, los zurdos primer apoyo pie izquierdo, segundo apoyo pie derecho y caída con los dos pies.



FECHAS

1ª JORNADA: 1 de Febrero de 2020
ISCAR

2ª JORNADA: 15 de Febrero de 2020
CIGALES

3. ATLETISMO EN PISTA CUBIERTA

INSCRIPCIONES

La inscripción será libre por cada Centro Escolar, Club y/o Municipio, pudiendo inscribir todos los atletas que se desee.

CATEGORIAS

Para la realización de todas las pruebas se convocan las siguientes categorías:

PREBENJAMÍN:	nacidos en los años 2013 y 2014
BENJAMÍN:	nacidos en los años 2011 y 2012
ALEVÍN:	nacidos en los años 2009 y 2010
INFANTIL:	nacidos en los años 2007 y 2008
CADETE:	nacidos en los años 2005 y 2006

COMPETICIÓN Y PRUEBAS

1. PRUEBA INDIVIDUAL: 14 de Marzo de 2020
"MÓDULO DE ATLETISMO DE RÍO ESGUEVA".
VALLADOLID

CATEGORÍAS	PRUEBAS 14 de Marzo de 2020
CATEGORÍA PREBENJAMÍN	50 metro libres –Triple Salto - Jabalina Vortex
CATEGORÍA BENJAMÍN	50 metros libres – Longitud – Peso (1 Kg.)
CATEGORÍA ALEVÍN	60 metros libres – Longitud – Peso (2 Kg.)
CATEGORÍA INFANTIL	60 metros libres – - Altura - Peso (3 Kg.)
CATEGORÍA CADETE	60 metros libres – Altura – Peso (4 Kg. Hombres y 3 Kg Mujeres)

HORARIOS

ACCESO PISTA	HORA PRUEBA	PRUEBA	CATEGORÍA	SEXO	
10.50	11.00	50 m.l.	Prebenjamín	Hombres y Mujeres	Semifinal
10.30	11.00	Altura	Infantil y Cadete	Hombres	
10.30	11.00	Altura	Infantil y Cadete	Mujeres	
10.30	11.00	Peso	Infantil y Cadete	Hombres	
10.30	11.00	Peso	Infantil y Cadete	Mujeres	
11.00	11.10	50 m.l.	Benjamín	Hombres	Semifinal
10.45	11.15	Triple Salto	Prebenjamín	Hombres y Mujeres	
10.45	11.15	Jabalina Vortex	Prebenjamín	Hombres y Mujeres	
11.10	11.20	50 m.l.	Benjamín	Mujeres	Semifinal
11.20	11.30	60 m.l.	Alevín	Hombres	Semifinal
11.00	11.30	Longitud	Benjamín	Hombres y Mujeres	
11.00	11.30	Peso	Benjamín	Hombres y Mujeres	
11.30	11.40	60 m.l.	Alevín	Mujeres	Semifinal
11.40	11.50	60 m.l.	Infantil y Cadete	Hombres	Semifinal
11.45	11.55	60 m.l.	Infantil y Cadete	Mujeres	Semifinal
11.30	12.00	Longitud	Alevín	Hombres y Mujeres	
11.30	12.00	Peso	Alevín	Hombres y Mujeres	
12.50	13.00	50 m.l.	Prebenjamín	Hombres y Mujeres	Final
13.00	13.10	50 m.l.	Benjamín	Hombres	Final
13.05	13.15	50 m.l.	Benjamín	Mujeres	Final
13.10	13.20	60 m.l.	Alevín	Hombres	Final
13.15	13.25	60 m.l.	Alevín	Mujeres	Final
13.20	13.30	60 m.l.	Infantil y Cadete	Hombres	Final
13.25	13.35	60 m.l.	Infantil y Cadete	Mujeres	Final

Cada Atleta puede realizar una carrera y un Concurso

PREMIOS

Se establecen los siguientes:

- MEDALLA: a los tres primeros clasificados de cada prueba y categoría.

FECHAS

1ª JORNADA: 14 de Marzo de 2020
MÓDULO DE ATLETISMO "RÍO ESGUEVA"
VALLADOLID

4. ATLETISMO EN PISTA AL AIRE LIBRE

FECHAS E INSCRIPCIÓN

La inscripción se realizará a través del Centro Escolar, Club y Municipio atendiendo a la prueba donde se pretenda participar:

1. Pruebas de carácter Individual: en las siguientes fechas:

- JORNADA INDIVIDUAL: 18 de Abril de 2020
- JORNADA INDIVIDUAL Y RELEVOS: 9 de Mayo de 2020

CATEGORIAS

Para la realización de todas las pruebas se convocan las siguientes categorías:

- PREBENJAMÍN:** nacidos en los años 2013 y 2014
- BENJAMÍN:** nacidos en los años 2011 y 2012
- ALEVÍN:** nacidos en los años 2009 y 2010
- INFANTIL:** nacidos en los años 2007 y 2008
- CADETE:** nacidos en los años 2005 y 2006

COMPETICIÓN Y PRUEBAS

1ª JORNADA INDIVIDUAL: 18 de Abril de 2020
"PISTAS DE ATLETISMO DE RÍO ESGUEVA".
VALLADOLID

COMPETICIÓN Y PRUEBAS

CATEGORÍA	PROGRAMA "A" 18 de Abril de 2020
PREBENJAMÍN	50 m.l.- Triple Salto Parado - Jabalina Vortex (400 gr).
BENJAMÍN	50 m.l.- Longitud - Pelota (400 gr)
ALEVÍN	60 m.l.- Longitud - Pelota (400 gr)
INFANTIL	1000 m.l.- Peso (3 kg) - Altura
CADETE	1000 m.l.- Peso (4 kg hombres/3 kg mujeres) - Altura

HORARIO

ACCESO A PISTA	HORA	PRUEBA	CATEGORÍA	SEXO	
10.50	11.00	50 m.l.	Prebenjamín	Hombres y Mujeres	Semifinal
10.30	11.00	Altura	Infantil-Cadete	Hombres	Mujeres
10.30	11.00	Peso	Infantil-Cadete	Hombres	Mujeres
11.00	11.10	50 m.l.	Benjamin	Hombres	Semifinal
10.45	11.15	Triple Salto	Prebenjamín	Hombres y Mujeres	
10.45	11.15	Jabalina Vortex	Prebenjamín	Hombres y Mujeres	
11.10	11.20	50 m.l.	Benjamin		Mujeres Semifinal
11.20	11.30	60 m.l.	Alevín	Hombres	Semifinal
11.00	11.30	Longitud	Benjamín	Hombres	
11.00	11.30	Longitud	Benjamín		Mujeres
11.00	11.30	Pelota	Benjamín	Hombres	
11.00	11.30	Pelota	Benjamín		Mujeres
11.30	11.40	60 m.l.	Alevín		Mujeres Semifinal
11.40	11.50	1000 m.l.	Infantil	Hombres	
11.50	12.00	1000 m.l.	Infantil		Mujeres
11.30	12.00	Longitud	Alevín	Hombres	
11.30	12.00	Longitud	Alevín		Mujeres
11.30	12.00	Pelota	Alevín	Hombres	
11.30	12.00	Pelota	Alevín		Mujeres
12.00	12.10	1000 m.l.	Cadete	Hombres	
12.10	12.20	1000 m.l.	Cadete		Mujeres
12.20	12.30	50 m.l.	Prebenjamín	Hombres y Mujeres	Final
12.30	12.40	50 m.l.	Benjamín	Hombres	Final
12.35	12.45	50 m.l.	Benjamín		Mujeres Final
12.40	12.50	60 m.l.	Alevín	Hombres	Final
12.45	12.55	60 m.l.	Alevín		Mujeres Final

Cada atleta podrá realizar, como máximo, la Carrera y un Concurso.



2ª JORNADA INDIVIDUAL y RELEVOS: 9 de Mayo de 2020
"PISTAS DE ATLETISMO DE RÍO ESGUEVA".
VALLADOLID

COMPETICIÓN Y PRUEBAS

CATEGORÍA	PROGRAMA "B" 9 de Mayo de 2020
PREBENJAMÍN	300 m.l.- Longitud - Pelota (400 gr) - 4x50 m.l.
BENJAMÍN	500 m.l.- Peso (1 kg) - Jabalina Vortex (400 gr) - 4x50 m.l.
ALEVÍN	500 m.l.- Peso (2 kg) - Jabalina Vortex (400 gr) - 4x60 m.l.
INFANTIL	800 m.l.- Longitud - Jabalina (500 gr hombres/400 gr. mujeres) - 4x800 m.l.
CADETE	1000 m.l.-Longitud - Jabalina (600 gr hombres/500 gr. mujeres) - 4x100 m.l.

HORARIO

ACCESO A PISTA	HORA	PRUEBA	CATEGORÍA	
10.50	11.00	300 m.l.	Prebenjamín	Hombres y Mujeres
10.30	11.00	Longitud	Infantil-Cadete	Hombres-Mujeres
10.30	11.00	Jabalina	Infantil-Cadete	Hombres-Mujeres
11.00	11.10	500 m.l.	Benjamín	Hombres
11.10	11.20	500 m.l.	Benjamín	Mujeres
11.20	11.30	500 m.l.	Alevín	Hombres
11.00	11.30	Longitud	Prebenjamín	Hombres y Mujeres
11.00	11.30	Pelota	Prebenjamín	Hombres y Mujeres
11.00	11.30	Peso	Benjamín-Alevín	Hombres
11.00	11.30	Peso	Benjamín-Alevín	Mujeres
11.00	11.30	Jabalina Vortex	Benjamín-Alevín	Hombres
11.00	11.30	Jabalina Vortex	Benjamín-Alevín	Mujeres
11.30	11.40	500 m.l.	Alevín	Mujeres
11.40	11.50	800 m.l.	Infantil	Hombres
11.50	12.00	800m.l.	Infantil	Mujeres
12.00	12.10	1000 m.l.	Cadete	Hombres
12.05	12.15	1000 m.l.	Cadete	Mujeres
12.10	12.20	Relevos 4x50 (1)	Prebenjamín	Mixto
12.20	12.30	Relevos 4x50 (1)	Benjamín	Mixto
12.30	12.40	Relevos 4x60 (1)	Alevín	Mixto
12.40	12.50	Relevos 4x80 (1)	Infantil	Mixto
12.50	13.00	Relevos 4x100 (1)	Cadete	Mixto

Nota: Cada atleta podrá realizar, como máximo, una Carrera, un Concurso y los relevos
La Inscripción en los Relevos se realizará en la Secretaria de la competición, hasta 30 minutos antes del comienzo de los Relevos

PREMIOS

Se establecen los siguientes:

- MEDALLA: a los tres primeros clasificados de cada prueba y categoría.

PROGRAMA DE ATLETISMO

FECHAS	ACTIVIDAD	LUGAR
23 de noviembre de 2019	1ª Jornada Campo a Través	Pinar de Antequera
14 de diciembre de 2019	2ª Jornada Campo a Través	Aldeamayor de San Martín
18 de enero de 2020	3ª Jornada Campo a Través	Pedrajas de San Esteban
1 de febrero de 2020	1ª Jornada Jugando al Atletismo	Iscar
15 de febrero de 2020	2ª Jornada Jugando al Atletismo	Cigales
14 de marzo de 2020	Jornada Pista Cubierta	Módulo Río Esgueva
18 de abril de 2020	1ª Jornada Pista Aire Libre	Pista Río Esgueva
9 de mayo de 2020	2ª Jornada Pista Aire Libre Individual y Relevos	Pista Río Esgueva

