

ATLETISMO



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 2020-2021.

CATEGORIAS

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

PREBENJAMÍN:	nacidos en los años 2014 y 2015
BENJAMÍN:	nacidos en los años 2012 y 2013
ALEVÍN:	nacidos en los años 2010 y 2011
INFANTIL:	nacidos en los años 2008 y 2009
CADETE:	nacidos en los años 2006 y 2007
JUVENIL:	nacidos en los años 2004 y 2005

DISTANCIAS

CATEGORÍAS	MUJERES	HOMBRES
	1ª Jornada 30 -01-2021	1ª Jornada 30 -01-2021
PREBENJAMÍN	750 m.	750 m.
BENJAMÍN	750 m.	1250 m.
ALEVÍN	1250 m.	1750 m.
INFANTIL	1750 m.	2250 m.
CADETE-JUVENIL	1750 m.	2250 m.

HORARIO

HORA	CATEGORÍA Y SEXO
11.00	Cadete y Juvenil Masculino
11.25	Cadete y Juvenil 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:

30 de Enero de 2021

ZONA DEL POLIDEPORTIVO MUNICIPAL

ALDEAMAYOR DE SAN MARTÍN



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 2014 y 2015
BENJAMÍN:	nacidos en los años 2012 y 2013
ALEVÍN:	nacidos en los años 2010 y 2011
INFANTIL:	nacidos en los años 2008 y 2009
CADETE:	nacidos en los años 2006 y 2007
JUVENIL:	nacidos en los años 2004 y 2005

PRUEBAS

1ª JORNADA 20 de Febrero de 2021	2ª JORNADA 13 de Marzo de 2021
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.

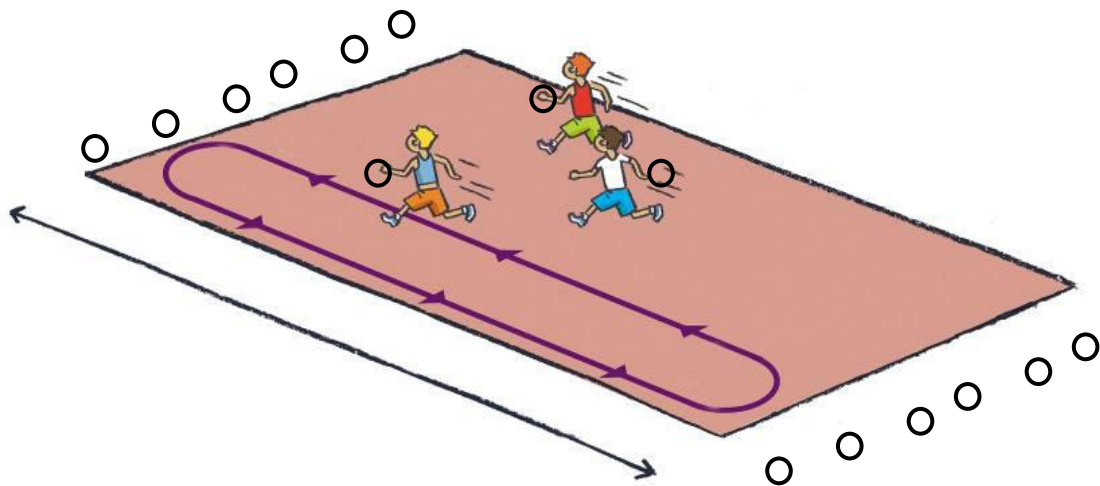
1. CARRERA 10 x 10 METROS

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.

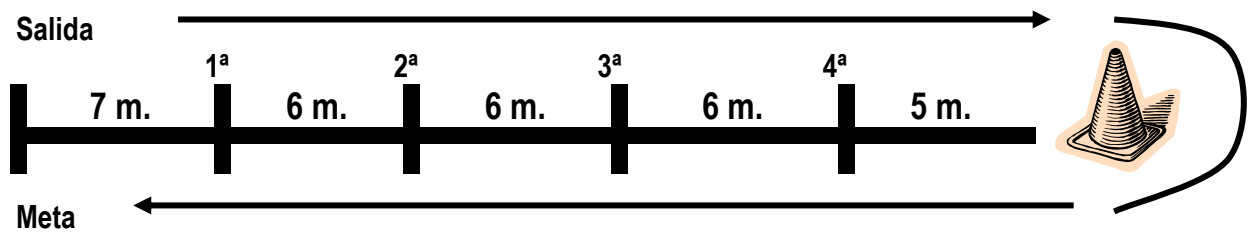
Categorías Infantil, Cadete y Juvenil: 0,50 m.

Salida 7 metros.

Entre vallas 6 metros.

Última valla a meta 5 metros

Y recorrido a la inversa para llegar a la Salida



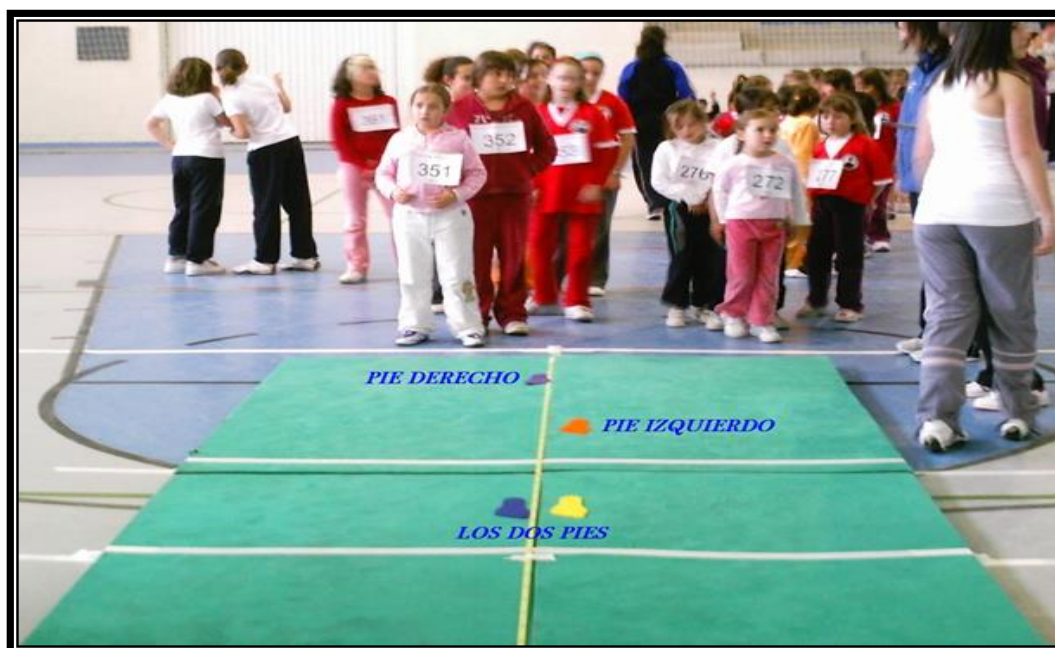
3. LANZAMIENTO DE PESO

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

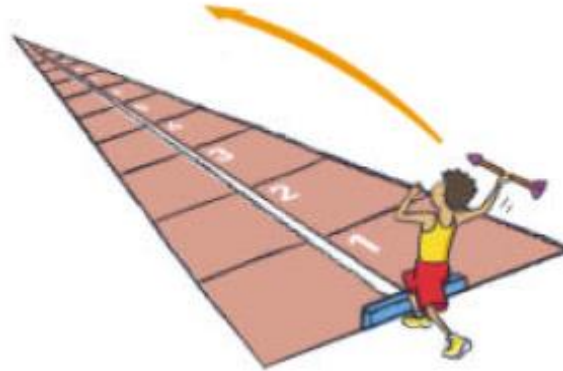


5. LANZAMIENTO DE JABALINA VORTEX (400 gr.)

Lanzamiento de una jabalina blanda, desde parado, sin carrera previa. Si se sobrepasa después de lanzar la línea desde donde se lance no se considerará nulo.

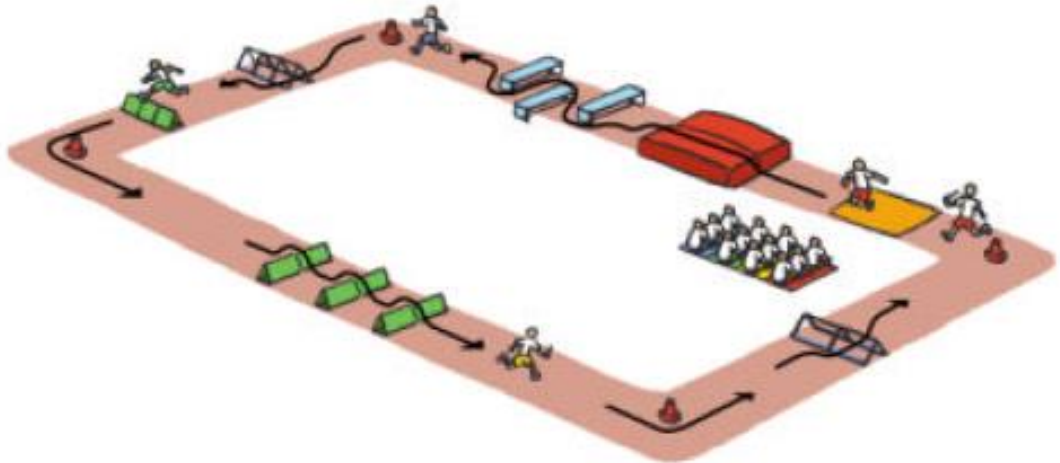
Cada participante realizará dos intentos. Los participantes de un grupo en esta prueba realizarán el primer lanzamiento de uno en uno sucesivamente hasta finalizar una ronda, comenzando entonces la segunda ronda. Se anotará el lanzamiento de mayor distancia.

Puntuará sólo el mejor resultado de los dos intentos de cada participante. Se anotará el lanzamiento de mayor distancia.



6. CARRERA DE OBSTÁCULOS.

Es una carrera con obstáculos y habilidades en competición, cada atleta dará una o dos vueltas al circuito preparado para esta prueba, según categorías y dimensiones del pabellón.



El dibujo es solo un ejemplo, el diseño final se hará en función del material disponible.

PREMIOS

Se establecen los siguientes:

Diploma a todos los Participantes que se entregarán en la 2ª Jornada.

Sorteo de Regalos

FECHAS

1ª JORNADA: 20 de Febrero de 2021
TORDESILLAS

2ª JORNADA: 13 de Marzo de 2021
ZARATÁN

3. ATLETISMO EN PISTA AL AIRE LIBRE

INSCRIPCIONES

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

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

- PRUEBAS COMBINADAS: 17 de Abril de 2021
- JORNADA INDIVIDUAL: 8 de Mayo de 2021
- JORNADA INDIVIDUAL Y RELEVOS: 22 de Mayo de 2021

CATEGORIAS

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

- PREBENJAMÍN:** nacidos en los años 2014 y 2015
- BENJAMÍN:** nacidos en los años 2012 y 2013
- ALEVÍN:** nacidos en los años 2010 y 2011
- INFANTIL:** nacidos en los años 2008 y 2009
- CADETE:** nacidos en los años 2006 y 2007
- JUVENIL:** nacidos en los años 2004 y 2005

COMPETICIÓN Y PRUEBAS

1. **PRUEBA INDIVIDUAL: 17 de Abril de 2021**
"PISTAS DE ATLETISMO DE RÍO ESGUEVA".
VALLADOLID

CATEGORÍAS	PRUEBAS
CATEGORÍA PREBENJAMÍN	50 metro libres –Longitud – Peso (1 Kg.)
CATEGORÍA BENJAMÍN	50 metros libres – Longitud – Peso (1 Kg.)
CATEGORÍA ALEVÍN	60 metros libres – Longitud – Peso (2 Kg.)
CATEGORÍA INFANTIL	80 metros libres – Longitud - Peso (3 Kg.)
CATEGORÍA CADETE y JUVENIL	100 metros libres – Longitud – Peso (Juvenil Hombres 5 Kg. Cadete Hombres 4 Kg. Juvenil y Cadete Mujeres 3 Kg.)

HORARIOS

ACCESO PISTA	HORA PRUEBA	PRUEBA	CATEGORÍA	SEXO
10.30	11.00	Carrera – Longitud - Peso	Juveniles - Cadetes- Infantiles - Alevines	Hombres y Mujeres
12.00	12.45	Carrera – Longitud - Peso	Benjamín y Prebenjamín	Hombres y Mujeres

Nota: Todos los atletas realizarán las 3 pruebas de la Combinada.

PREMIOS

Se establecen los siguientes:

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

FECHAS

1ª JORNADA: 17 de Abril de 2021
PISTAS DE ATLETISMO “RÍO ESGUEVA”
VALLADOLID



2ª JORNADA INDIVIDUAL: 8 de Mayo de 2021
"PISTAS DE ATLETISMO DE RÍO ESGUEVA".
VALLADOLID

CATEGORÍA	PROGRAMA "A"
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 y JUVENIL	1000 m.l.- Peso ⁽¹⁾ - Altura

⁽¹⁾ Juvenil Hombres: 5Kg. - Cadete Hombres: 4Kg – Juvenil y Cadete Mujeres: 3Kg.

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 y Juvenil	Hombres	Mujeres
10.30	11.00	Peso	Infantil, Cadete y Juvenil	Hombres	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	
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 y Juvenil	Hombres	
12.10	12.20	1000 m.l.	Cadete y Juvenil		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.

3ª JORNADA INDIVIDUAL y RELEVOS: 22 de Mayo de 2021
"PISTAS DE ATLETISMO DE RÍO ESGUEVA".
VALLADOLID

COMPETICIÓN Y PRUEBAS

CATEGORÍA	PROGRAMA "B"
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	80 m.l.- Longitud - Jabalina (500 gr hombres/400 gr. mujeres) - 4x800 m.l.
CADETE y JUVENIL	100 m.l.-Longitud - Jabalina ⁽²⁾ - 4x100 m.l.

⁽²⁾ Juvenil Hombres: 700 g. - Cadete Hombres: 600 g. – Juvenil y Cadete Mujeres: 500 g.

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	80 m.l.	Infantil	Hombres
11.50	12.00	80 m.l.	Infantil	Mujeres
12.00	12.10	100 m.l.	Cadete y Juvenil	Hombres
12.05	12.15	100 m.l.	Cadete y Juvenil	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 y Juvenil	Mixto

Nota: Cada atleta podrá realizar, como máximo, una Carrera, un Concurso y los relevos

(1) 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
30 de Enero de 2021	1ª Jornada Campo a Través	Aldeamayor de San Martín
20 de Febrero de 2021	1ª Jornada Jugando al Atletismo	Tordesillas
13 de Marzo de 2021	2ª Jornada Jugando al Atletismo	Zaratán
17 de Abril de 2021	1ª Jornada Pista Aire Libre	Pista Río Esgueva
8 de Mayo de 2021	2ª Jornada Pista Aire Libre	Pista Río Esgueva
22 de Mayo de 2021	3ª Jornada Pista Aire Libre Individual y Relevos	Pista Río Esgueva