



FEDERACIÓN CÁNTABRA DE ATLETISMO

C/ San Fernando, 48- 8-D/39010- Santander/ Teléfono y Fax: 942230602
A. Competición: 649.89.77.31/ Correo Electrónico: ejose@nodo50.org
CIF: Q.8955012-C/ CC: Caja Cantabria, 2066-0000-15-0200175253
Secretaría General: 676-90-24-55

Circular FCA: 34-2009

CAMPEONATO DE CANTABRIA ABSOLUTO POR CLUBES

Muriedas- La Maruca y Santander- La Albericia, 14 y 17 de abril de 2010

Muriedas- Camargo, 14 de abril de 2010

Masculinas	Hora	Femeninas
110 m vallas (1,06 m)- Longitud	19:00	Pértiga- Peso 4 k
	19:10	100 m vallas- 0,84
3000 m l.	19:20	
	19:40	3000 m l.
200 m l.-Pértiga- Peso 7,260 k	20:00	Longitud
	20:10	200 m l
800 m l	20:20	
	20:30	800 m l.
4 x 100 m l	20:45	
	20:55	4 x 100 m l.

Santander, 17 de abril de 2010

Masculinas	Hora	Femeninas
	16:15	Martillo- 4 k
400 m vallas-0,91- Triple- Martillo 7,260 k	17:00	
	17:10	400 m vallas- 0,76
	17:15	5 km marcha
5 km marcha	17:20	Disco 1 k
100 m l.	17:50	Triple
	18:00	100 m l.
3000 m obstáculos- 0,91 Disco 2 k	18:10	
	18:25	3000 m obstáculos- 0,76
400 m l.- Altura	18:50	
Jabalina- 0,8 k	19:00	400 m l.
1500 m l.	19:10	
	19:25	1500 m l. – Jabalina 600 g
5000 m l.	19:35	Altura
4 x 400 m l.	20:00	
	20:10	4 x 400 m l.

Inscripciones: Hasta el 12 de abril de 2010, a las 14:00 horas

CORREO ELECTRÓNICO: inscripcionesfca@hotmail.com-FAX: 942750715

CON EL ATLETISMO



CAJA
CANTABRIA



FEDERACIÓN CÁNTABRA DE ATLETISMO

C/ San Fernando, 48- 8-D/39010- Santander/ Teléfono y Fax: 942230602
A. Competición: 649.89.77.31/ Correo Electrónico: ejose@nodo50.org
CIF: Q.8955012-C/ CC: Caja Cantabria, 2066-0000-15-0200175253
Secretaría General: 676-90-24-55

REGLAMENTO

1. Pueden participar todos los Clubes Cántabros, con licencia por la FCA.
2. Para puntuar en el Campeonato, cada club deberá tener al menos **diez participaciones por jornada**. Los relevos se considerarán cuatro participaciones.
3. Cada club puede presentar dos atletas por prueba y un equipo de relevos, no permitiéndose la participación de más atletas, aunque participen fuera de concurso.
4. Todas las pruebas son de categoría absoluta, por tanto, los artefactos en lanzamientos y la altura de las vallas, serán los de los senior.
5. Pruebas que puede hacer cada atleta:
 - **Senior, Promesas y veteranos (M y F): Tres pruebas** entre las dos jornadas y un máximo de dos en una jornada. La participación en relevos se considera una prueba. Es decir, pueden participar en dos relevos y una prueba individual, o un relevo y dos pruebas individuales, o las tres pruebas individuales
 - **Júnior (M y F): Tres pruebas** entre las dos jornadas, un máximo de dos pruebas por jornada.
 - **Juvenil Masculina: Tres pruebas** entre las dos jornadas, En cada jornada sólo pueden hacer, como máximo, una prueba individual, la segunda prueba tiene que ser un relevo. No pueden participar en las siguientes: 3000 obst, 110 m vallas, 400 m vallas. Peso, Disco, Jabalina y Martillo.
 - **Juvenil Femenina: Tres pruebas** entre las dos jornadas, **En cada jornada sólo pueden hacer, como máximo, una prueba individual**, la segunda prueba tiene que ser un relevo. No pueden participar en 3000 obst.
 - **Cadetes (M y F):** Una prueba por jornada, La participación en relevos se considera una prueba, las pruebas en las que pueden participar los cadetes son las siguientes: 100 m l., 3000 m l., Altura, Longitud, Pértiga, Triple, 5 km marcha y relevos de 4 x 100 m l.
 - **Infantiles (M y F):** Una prueba por jornada, pueden participar en Altura, Longitud y Pértiga.
 - **Otras categorías:** No pueden participar.
6. Altura de los listones
 - **Pértiga masculina:** 2,10 y de 30 en 30 hasta 3,00 m y de 20 en 20cm hasta 3,80 y de 10 en 10 cm.
 - **Pértiga Femenina:** 1.80 de 20 en 20cm hasta 2,60 y de 10 en 10 cm. *
 - **Altura Masculina:** 1,40 de 10 en 10 hasta 1,60 y de 5 en 5 hasta 1,80 y de 3 en 3 cm
 - **Altura Femenina:** 1,15 de 5 en 5 hasta 1,55 y de 3 en 3 cm.(*): Si lo permite el saltómetro
7. Las marcas serán valoradas por la Tabla de la IAAF, edición 2008.
8. En cada jornada se admitirán, un máximo de seis cambios por club.
9. Los relevos se inscribirán, en los impresos oficiales, **en la pista hasta una hora antes de la prueba**. Se ruega no remitirlos por adelantado.
10. **Se ruega, que en todas las pruebas, se indique la marca anterior, del 2009 o el 2010, para realizar las series. Las series se realizarán en función de las marcas de acreditación, con independencia del club al que pertenezcan. En la Pista no se modificarán los datos de inscripción. Es decir, no se admitirá que el atleta se dirija al Juez de Salida para modificar MARCAS DE ACREDITACIÓN.**
11. Se permite la participación, fuera de concurso de atletas no pertenecientes a Clubes Cántabros, aunque no tendrán derecho a mejora (en los concursos), si hay más de 8 atletas con licencia por un club afiliado a la FCA.

CON EL ATLETISMO





FEDERACIÓN CÁNTABRA DE ATLETISMO

C/ San Fernando, 48- 8-D/39010- Santander/ Teléfono y Fax: 942230602
A. Competición: 649.89.77.31/ Correo Electrónico: ejose@nodo50.org
CIF: Q.8955012-C/ CC: Caja Cantabria, 2066-0000-15-0200175253
Secretaría General: 676-90-24-55

12. Los atletas que se inscriban fuera de plazo, hasta con 24 horas de antelación, no tendrán derecho a puntuar.
13. En la Pista no se permitirán nuevas inscripciones
14. Para lo no contemplado en este Reglamento, se tendrá en cuenta el Reglamento de la IAAF y el de la RFEA.
15. Cada club deberá indicar, en la Inscripción, el nombre de su delegado, única persona a la que se atenderá en Secretaría. El delegado se nombrará para cada jornada, pudiendo cambiar de delegado en cada jornada.
16. Los impresos de inscripción son los mismos de toda la temporada.

Homologación de artefactos:

Día 14 de abril: de 18:00 a 18:15

Día 3 de mayo: de 16:15 a 16:30

Eduardo José Álvarez de los Ríos
(Director Técnico de la FCA)
Santander 23/04/2009

CON EL ATLETISMO

