



JORNADA 5 (INFANTILES Y CADETES MIXTOS 2 PISTAS)

DIA 18 DICIEMBRE 2021 10h. 30m PISTA LEKEITIO (TXIMISTA)

DIA 18 DICIEMBRE 2021 10h. 30m PISTA SANTURTZI (BIHOTZ ARATZ)

PRUEBAS A REALIZAR Y NORMAS

GRUPO 1

80 m.l.

-Salida desde la posición de pie, no se pueden usar tacos de salida.

60m.v.

-Salida desde posición de pie, sin tacos de salida.

-Colocación de las vallas, a 13 m. la primera valla, y 7,50m. entre vallas.

Altura de las vallas la más baja que permita la valla hasta un mínimo de 50 cm., normalmente 68 cm. es la altura que suele permitir la valla oficial de competición. Habrá que indicar a la hora de mandar los resultados a la federación la altura a la que han estado situadas las vallas.

GRUPO 2

TRIPLE SALTO

-Triple saltos alternos (segundos de triple), se mide desde el punto de batida y la distancia máx. de carrera será de 15 m.

GRUPO 3

Lanzamiento de Peso

-Se realizará el lanzamiento desde la posición de parado, es decir, sin desplazamiento, ya sea este de frente o rotatorio. Pero si se podrá cambiar de pierna al finalizar el lanzamiento.

PRUEBA FINAL TODOS LOS GRUPOS

500 m.l. en su defecto sino fuera posible se hará una prueba de relevos 4x80m.

RECOMENDACIÓN. Intentar que todos los atletas participen en todas las pruebas aunque no sean las pruebas que vayan a dedicarse en un futuro o no se adapten a sus características. A excepción de las vallas todas las pruebas las pueden hacer todos los atletas, y al colocarlas más bajas habrá quien se anime a probarlas.

HAY QUE MANDAR A LA FEDERACION COMO MUY TARDE EL MARTES 14 DE DICIEMBRE EL NÚMERO APROXIMADO DE ATLETAS QUE ACUDIRÁN A LAS PLPs, y desde la Federación se os informará de la pista que se os asigna, cuanto más exactos seáis en el número de atletas participantes mejor se podrá organizar la competición.