



Federació d'Atletisme de les Illes Balears
Delegación de Mallorca
4ª JORNADA JOCS ESPORTIUS ESCOLARS PISTA
COMARCA DE PART FORANA



DÍA: sábado 15 de marzo de 2014 · **HORA:** 10:30h. – 12h.
INSTALACIÓN: Poliesportiu Municipal de Capdepera



REGLAMENTO GENERAL

- No hay inscripciones previas. Si una entidad no asistirá es importante que lo notifique al Responsable Comarcal.
- Solo habrá resultados para la categoría alevín. Los infantiles que participen lo harán como alevines, con el reglamento de pruebas de ésta categoría.
- Para la categoría alevín habrá dorsales, que serán asignados a principio de temporada y se mantendrán hasta final de la misma. A los atletas infantiles participantes se les asignará un dorsal provisional específico solamente para las jornadas de pista de los JEEA. El resto de categorías (iniciación y benjamín) participarán sin dorsal. Los atletas que no dispongan de dorsal deberán de ponerse en contacto con su Entrenador para que formalice el trámite para la asignación del mismo. Se podrán asignar dorsales el mismo día de la jornada (olvidos o nuevas asignaciones).
- Se realizará un calentamiento general conjunto, se crearán los grupos de trabajo y a continuación empezarán las pruebas.
- Se hará una pequeña pausa de 5' a media jornada para descanso-hidratación.
- Las jornadas tendrán una duración de 1 hora y 30 minutos desde el comienzo de las pruebas. Todas las pruebas se tendrán que llevar a cabo dentro del plazo de tiempo señalado. De no ser así (por cualquier tipo de circunstancia), las pruebas restantes no se realizarán. Se podrá reducir el tiempo de realización de alguna prueba para poder realizar las restantes. Esta decisión la tomarán los organizadores, si lo encuentran conveniente.

PRUEBAS CATEGORÍA INICIACIÓN-BENJAMÍN

- Carrera con vallas. Benjamín 50m. (5 v. / 0,40 cm. / 11,00 m. - 6,00 m.).
Iniciación 40m. con obstáculos diversos.
- Lanzamiento de pelota medicinal (1 kg.).
- Saltos laterales sobre obstáculo bajo.
- Lanzamiento de pelota de tenis.
- Carrera 40 m. lisos.
- Salto de longitud con minitramp.
- Carrera de 400 m. (benjamín) – 300 m. (iniciación)



Federació d'Atletisme de les Illes Balears
Delegación de Mallorca
4ª JORNADA JOCS ESPORTIUS ESCOLARS PISTA
COMARCA DE PART FORANA

DÍA: sábado 15 de marzo de 2014 · **HORA:** 10:30h. – 12h.
INSTALACIÓN: Poliesportiu Municipal de Capdepera



PRUEBAS CATEGORÍA ALEVÍN-INFANTIL

- 60m. vallas. Salida de de pie (a sus puestos) – listos – silbato. **6 vallas – altura 0,50 m. – primera valla a 11'50 m. – resto de vallas a 7 m. 1ª serie clasificatoria. 2ª serie finales en función de la clasificación de la 1ª serie.** Se tomarán tiempos de referencia tanto en la primera serie (para hacer la clasificación de las finales) como en la segunda serie (para hacer la clasificación final).
- 60m. lisos. Salida de de pie (a sus puestos) – listos – silbato. **1ª serie clasificatoria. 2ª serie finales en función de la clasificación de la 1ª serie.** Se tomarán tiempos de referencia tanto en la primera serie (para hacer la clasificación de las finales) como en la segunda serie (para hacer la clasificación final).
- Lanzamiento de peso. **2 kg. 1 lanzamiento sin medir + 3 lanzamientos medidos cada 25 cm.** Deportistas ALF y ALM que lancen 5 metros o más, tendrán un lanzamiento adicional.
- Salto de altura: **0,80 cm. / 0,85 cm. / 0,90 cm. / + 5 cm. 2 intentos.**
- Carrera de resistencia: 1000 m. lisos