



Consell de  
Mallorca

■ Departament de  
Vicepresidència de  
Cultura, Patrimoni i Esports

## 4ª JORNADA

# Jocs Esportius Escolars d'Atletisme COMARCA DE PONENT



**DIA:** divendres 22 de març de 2013 · **HORA:** 17h. – 19h.

**INSTAL·LACIÓ:** Pista d'Atletisme de terra (Calvià)

### REGLAMENT GENERAL

- No hi ha inscripcions prèvies. Si una entitat no assistirà es important que ho notifiqui.
- Es passarà llista a l'inici on es faran els grups, l'escalfament general, i a continuació, començaran les proves.
- Segons consens entre responsables i entrenadors, a les Jornades dels JEE d'Atletisme de la Comarca de Ponent no hi haurà resultats oficials per les categories Aleví i Infantil (tampoc per Iniciació ni Benjamí). Es registraran resultats per poder organitzar i classificar el atletes perquè la jornada sigui més fluida, però no es publicaran de manera oficial. No hi haurà dorsals a cap categoria.
- Es farà una pausa o descans a mitjan de la jornada per recuperació i hidratació, sobre tot per les categories iniciació i benjamí.
- Les jornades tindran una durada de 1 hora i 30 minuts desde el començ de les proves i/o activitats. Totes les proves i/o activitats s'hauran de dur a terme dins el plaç de temps senyalat. De no ser així, les proves i/o activitats restants no es realitzaran. Aquesta decisió la tomaren els organitzadors, si ho creuen convenient.

### PROVES CATEGORÍA INICIACIÓ-BENJAMÍ

1. Curses amb tanques. Benjamí 50mt: 5t/0,40/11,00-6,00. Iniciació 40mt amb obstacles diversos.
2. Llançament de pilota medicinal 1kg.
3. Salts laterals sobre un obstacle baix.
4. Llançament de pilota de tennis.
5. 40 metres llisos.
6. Salt de llargada arena amb minitramp.
7. Cursa de 500 metres llisos (benjamí) i 200 metres llisos (iniciació).



Consell de  
Mallorca

■ Departament de  
Vicepresidència de  
Cultura, Patrimoni i Esports

## 4ª JORNADA

# Jocs Esportius Escolars d'Atletisme COMARCA DE PONENT



**DIA:** divendres 22 de març de 2013 · **HORA:** 17h. – 19h.

**INSTAL·LACIÓ:** Pista d'Atletisme de terra (Calvià)

### PROVES CATEGORÍA ALEVÍ-INFANTIL

1. Cursa 60 metres tanques. Sortida dempeus - llest - xiulada. **ALEVINS: 6 tanques – alçada 0,50m. – primera tanca a 11'50m. – resta de tanques a 7m. INFANTILS: 6 tanques – alçada 0,60m. – primera tanca a 12'30m. – resta de tanques a 7,50m. 1ª sèrie classificatòria. 2ª sèrie finals en funció de la classificació de la 1ª sèrie. S'agafaran temps de referència tant a la primera sèrie (per fer la classificació de les finals) com a la segona sèrie (per fer la classificació final).**
2. Cursa 60 metres llisos. Sortida dempeus - llest - xiulada. **1ª sèrie classificatòria. 2ª sèrie finals en funció de la classificació de la 1ª sèrie.** S'agafaran temps de referència tant a la primera sèrie (per fer la classificació de les finals) com a la segona sèrie (per fer la classificació final).
3. Llançament de pes. **ALEVINS: 2 kg. 1 llançament sense mesurar + 3 llançaments mesurats cada 25 cm. Esportistes ALF i ALM que llancin 5 metres o més, tindran un llançament addicional. INFANTILS: 3 kg. Esportistes IFF i IFM que llancin 5 metres o més, tindran un llançament addicional.**
4. Salt d'alçada: 0,80 / 0,85 / 0,90 / + 5 cm els esportistes tindran 2 intents.
5. Cursa de resistència: 1000 metres llisos.