



1° JORNADA CAMPEONATO METROPOLITANO DE MAYORES

**SABADO 23 DE MARZO DE 2024 – LUGAR: CeNARD
ORGANIZA Y FISCALIZA: FEDERACION ATLETICA METROPOLITANA**

PRUEBAS A DISPUTARSE

Mujeres y Varones Mayores: 100 y 400 ll., 1500 mts.- 100/110 c/v. – 10.000 mts. – Posta 4x100 mts. - Salto en Largo y Garrocha - Lanzamientos del Martillo, de la Bala y Jabalina (Mujeres) – Pruebas Combinadas

EN LAS PRUEBAS DE FONDO SE CONTROLARÁ EL CALZADO SEGÚN REGLAMENTACIÓN DE W.A

CAMPEONATO NACIONAL MAYORES

Esta fecha es la límite para lograr las marcas mínimas exigidas por la CADA.
Las Marcas serán tenidas en cuenta a partir del 1 de Junio de 2023

PRUEBAS COMBINADAS

Los atletas de FAM deberán anotarse enviando un correo a info@webfam.com.ar, hasta el miércoles a las 20 Hs, informando nombre apellido, año de nacimiento, dni e institución a la que representan. Además deberán informar el pago de un bono por día, por atleta.

POSTAS

Podrán competir las instituciones de FAM (1 posta por género), que al menos tengan un atleta del Campeonato Metropolitano (Mayores), los demás integrantes podrán ser de otras categorías (hasta U18 último año).

PRUEBAS ABIERTAS (ATLETAS U23/U20/U18/U16) – NO PUEDEN PARTICIPAR U14 y U12

Mujeres y Varones: 100 y 400 ll., 1500 mts..— 10.000 mts. – Garrocha - Lanzamientos del Martillo,

PRUEBAS CERRADAS

Salto en alto y salto en largo, en la cual **SI** podrán participar atletas federados de FAM que puedan acceder por edad al Campeonato Nacional de Mayores, accediendo a final de salto en largo, solamente los atleta Mayores.

En la prueba de salto en alto Se iniciará con una altura de 1.40 mts. Las mujeres y los varones en 1.75 mts. Y la cadencia será de 5 en 5 cm, hasta llegar a la marca mínima exigida por la CADA, para el Campeonato Nacional.

MUY IMPORTANTE

La homologación de las Marcas para el RANKING NACIONAL, será para aquellos atletas que hayan cumplido con los requisitos que solicita la Confederación Argentina de Atletismo (CADA), de abonar la Licencia Anual Deportiva y suba del apto físico en su sitio web.

Aquellos que no cumplan con este requisito estarán sus registros, como siempre, en nuestro Ranking Metropolitano.

Los atletas que hayan cumplido con este requisito, para anotarse deberán hacerlo primero por la página web de la CADA (www.cada-atletismo.org) y después finalizar la inscripción en el sitio web de la FAM, donde subirán el comprobante de pago como lo venían haciendo antes.

Los atletas que no abonaron la licencia CADA, directamente se anotarán en nuestro sitio web

- Los atletas libres y federados en otras provincias después de registrarse, deberán subir el apto físico 2024 **(apto para atletismo o deporte, de Alto rendimiento, federado o competitivo)** en la sección REVALIDA, dentro de GESTION ONLINE, para que sea cotejado y a posterior aceptado o no
- Después de inscribirse deberán informar el PAGO. Los costos además de informarse cuando se anotan, se encuentran en la sección ARANCELES en GESTION ONLINE
- La inscripción cerrará el Miércoles 20 de Marzo a las 20:00 hs., por ende se podrán registrar revalidas, afiliaciones y aprobación de aptos físicos hasta el Martes 19 de Marzo. En caso de que se hayan pasado del horario para informar el pago, podrán enviarlo por única vez, vía correo a info@webfam.com.ar hasta el Jueves 20 a las 15:00 hs.
- El pago debe realizarse mediante depósito bancario o transferencia bancaria en la cuenta corriente N° 014136/3007/5 del Banco de Galicia y Buenos Aires, sucursal Boedo. CBU: 0070007820000014136353, a nombre de la Federación Atlética Metropolitana, CUIT 30653097286.
- Las series estarán publicadas en nuestro sitio web el viernes 22 de Abril.
- Prohibida la participación de atletas U14 Y U12
- ✓ Todas las pruebas son Final por Tiempo, Salvo las series de 100 de la categoría Mayores, que se realizarán serie y final

PROGRAMA HORARIO

SABADO 23 DE MARZO DE 2024

- En este torneo se implementará el agregado de los horarios de ingreso a cámara de llamada (fila 1) y el ingreso a la pista (fila 2)

Hora			Pruebas de Pista		Saltos		Lanzamientos	
08:30	08:45	09:00	100 cv	Muj Comb 1			Bala	Varones
08:40	08:55	09:10	10.000 mts	Mujeres Varones				
08:30	08:45	09:30			Garrocha	menos de 3.20		
09:00	09:15	09:30			Alto	Muj Comb2		
10:00	10:15	10:45			Largo	Varones		
10:30	10:45	11:00	100 cv.	Mujeres			Bala	Muj Comb 3
10:50	11:05	11:20	110 cv.	Varones				
11:10	11:25	11:40	100 llanos	Mujeres			Bala	Mujeres
11:45	12:00	12:15	100 llanos	Varones				
12:30	12:45	13:00	200 mts	Muj Comb 4				
13:00	13:15	13:30					Martillo	Varones
13:30	13:45	14:00	100 llanos	Var. Comb 1				
13:15	13:30	14:15			Garrocha	mas de 3.20		
13:50	14:05	14:20	400 llanos	Mujeres	Largo	Var. Comb 2		
14:00	14:10	14:40					Martillo	Mujeres
14:25	14:40	14:55	400 llanos	Varones				
14:30	14:45	15:15			Largo	Mujeres	Bala	Var. Comb 3
15:15	15:30	15:45	100 llanos	Mujeres (Final)				
15:25	15:40	15:55	100 llanos	Varones (Final)				
15:30	15:45	16:00	1500 mts	Mujeres				
16:00	16:15	16:30	1500 mts	Varones	Alto	Var. Comb 4	Jabalina	Mujeres
17:00	17:15	17:30	Posta 4x100	Mujeres				
17:20	17:35	17:50	Posta 4x100	Varones				
		18:15	400 mts	Var. Comb 5				

Se recuerda a los atletas Federados que deben utilizar las remeras oficiales de sus instituciones, para competir

Se recomienda traer Números y alfileres