



1° JORNADA CAMPEONATO METROPOLITANO U20

SABADO 18 DE MARZO DE 2023 – LUGAR: CeNARD
ORGANIZA Y FISCALIZA: FEDERACION ATLETICA METROPOLITANA

PRUEBAS A DISPUTARSE

Mujeres y Varones U20: 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 – Pruebas Combinadas

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

CAMPEONATO NACIONAL U20

Esta fecha para lograr las marcas mínimas exigidas por la CADA.

10.000 MTS CAMPEONATO U20

Será abierto para atletas de FAM de todas las categorías.

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 que al menos tengan un atleta del Campeonato Metropolitano (U20), los demás integrantes podrán ser atletas U18 y último año U16

PRUEBAS ABIERTAS (ATLETAS Mayores/U23/U18/U16) – NO PUEDEN PARTICIPAR U14 Y U12

Mujeres y Varones: 100 y 400 ll., 1500 mts.- 100/110 c/v. – 10.000 mts. – Garrocha - Lanzamientos del Martillo, de la Bala

PRUEBAS CERRADAS

En esta oportunidad las pruebas cerradas serán las de 3000 mts U20 (Mujeres). 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 U20 (u18 y último año de U16), accediendo a final de salto en largo, solamente las atletas **U20**.

En la prueba de salto en alto Se iniciará con una altura de 1.30 mts. Las mujeres y los varones en 1.60 mts. Y la cadencia será de 5 en 5 cm, hasta llegar a la marca mínima exigida por la CADA, para el Campeonato U20

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 2023 **(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 15 de Marzo a las 20:00 hs., por ende se podrán registrar revalidas, afiliaciones y aprobación de aptos físicos hasta el Martes 14 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 16 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 17 de Marzo
- Prohibida la participación de atletas U14 Y U12
- ✓ Todas las pruebas son Final por Tiempo, Salvo las series de 100 de la categoría U20, que se realizarán serie y final

EL PROGRAMA PUEDE MODIFICARSE, SUJETO A LA CANTIDAD DE INSCRIPTOS QUE SE REGISTREN

PROGRAMA HORARIO

SABADO 18 DE MARZO DE 2023

Hora	Pruebas de Pista		Saltos		Lanzamientos	
09:00	100 cv	Mujeres Comb 1	Garrocha	Menos de 3.20	Bala	Varones
09:10	10.000 mts	Mujeres Varones				
09:30			Alto	Mujeres Comb 2		
11:00	100 cv:	Mujeres	Largo	Varones	Bala	Mujeres Comb 3
11:20	110 cv	Varones				
11:40	100 llanos	Mujeres			Bala	Mujeres
12:15	100 llanos	Varones				
13:00	200 mts	Mujeres Comb 4				
14:00	100 llanos	Varones Comb 1	Garrocha	Mas de 3.20	Martillo	Varones
14:25	400 llanos	Mujeres	Largo	Varones Comb 2		
15:00	400 llanos	Varones	Largo	Mujeres		
15:30					Bala	Varones Comb 3
15:40	100 llanos	Mujeres (Final)			Martillo	Mujeres
15:50	100 llanos	Varones (Final)				
16:00	1500 mts	Mujeres				
16:30	1500 mts	Varones	Alto	Varones Comb 4		
17:30	Posta 4x100	Mujeres				
17:50	Posta 4x100	Varones				
18:15	400 mts	Varones Comb 5				

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

Se recomienda a todos los atletas de pista traer **NUMERO y ALFILERES**