

TROFEU PROMOCIÓ 2025

CLÀUSULA DE GÈNERE

La Federació Catalana d'Atletisme garanteix la igualtat efectiva de dones i homes com a un dels principis bàsics d'actuació.

Amb aquesta finalitat, les mencions genèriques en masculí en l'articulat dels seus reglaments publicats s'entendran referides també al seu corresponent femení, llevat dels supòsits en què específicament es faci constar que no és així.

1. Participació

Tots els atletes participants hauran de tenir la seva corresponent llicència tramitada per la FCA per a la temporada en curs en les categories següents:

Sub16: atletes nascuts/des els anys 2010 i 2011

Sub14: atletes nascuts/des els anys 2012 i 2013

Sub12: atletes nascuts/des els anys 2014 i 2015

Sub10: atletes nascuts/des els anys 2016 i 2017

Sub8: atletes nascuts/des els anys 2018 i 2019

2. Competició

La competició es realitzarà en quatre jornades. Les proves (per ambdós sexes) per jornada són les següents:

1a. Jornada

25/10/2025

Categoria sub14 150 m.ll. 80 m.t. 2000 m.m. Triple Perxa Pes Disc 4x80 mixt

Categoria sub10 60 m.ll. 1000 m.m. Alçada Vórtex

Categoria sub8 400 m.ll. Llargada

2a. Jornada

25/10/2025

Categoria sub16 300 m.ll. 100 m.t. Alçada Llargada Pes Disc 4x100

Categoria sub12 120 m.ll. 60 m.t. 2000 m.m. Perxa Disc Javelina

3a. Jornada

15/11/2025

Categoria sub16 100 m.ll. 600 m.ll. 300 m.t. Triple Perxa Javelina Martell

Categoria sub12 60 m.ll. 600 m.ll. Alçada Llargada Pes 4x60

4a. Jornada

15/11/2025

Categoria sub14 80 m.ll. 600 m.ll. 220 m.t. Alçada Llargada Javelina Martell

Categoria sub10 400 m.ll. Llargada Pes 4x60

Categoria sub8 60 m.ll. Vórtex 4x60 mixt

Cada atleta podrà ser inscrit màxim 2 proves individuals i un relleu per jornada. En el cas de participar en dues curses la mateixa jornada, només podrà realitzar una de més de 300 metres.

Rebran medalla els tres primers/es classificats de cada prova.

Premis per equips

Hi haurà una classificació per clubs, segons la següent puntuació en cada prova: 5 punts al primer lloc, 3 punts al segon lloc, 2 punts al tercer lloc i 1 punt per a cada atleta amb marca. Se sumaran els punts de totes les proves individuals i relleus i segons aquest criteri de puntuació.

Tindran trofeu els cinc primers clubs classificats al final de les 4 jornades en una classificació conjunta masculina i femenina.

3. Inscripcions

Els clubs hauran de fer les inscripcions mitjançant el programa Call Room fins el dilluns anterior de cada jornada.

Dimecres, la FCA enviarà al club organitzador les llistes de participació, així com els fitxers del programa informàtic. Així mateix, es farà públic l'horari definitiu en funció de la inscripció rebuda, en la web de la Federació.

Per tal de cobrir les despeses de personal i pista, es cobrarà a cada atleta inscrit:

- Inscripció per prova 3 euros
- Inscripció relleus 3 euros per equip

En les proves de relleus, en el moment d'inscriure un/una atleta en la casella del formulari corresponent a "DORSAL" s'ha de posar A, B, C,...en funció si formarà part d'un equip o de l'altre si és el cas.

Els equips de relleus seran mixtos, amb 2 nens i 2 nenes del mateix club. Únicament a la categoria sub8, per afavorir la màxima participació possible, els equips hauran de tenir un nen o una nena com a mínim. Cada club podrà presentar els equips de vulgui.

Rebran medalla els 4 integrants dels tres primers equips classificats.

4. Normes tècniques

Curses

Les curses seran cronometrades amb cronometratge elèctric.

Proves salt de llargada en categoria Sub8 i Sub10

En funció de la inscripció, es podran fer salts simultanis al mateix fossar (2 taules de batuda al mateix fossar).

Únicament en les categories Sub14 i Sub16, les proves de salts horitzontals i llançaments, passaran vuit atletes a disputar la millora. Els intents de millora es realitzaran en ordre invers a la classificació dels 3 primers intents.

Distància de les taules de batuda en salts horitzontals

Salt de llargada:

Sub8 M/F: 1 m.

Sub10 M/F: 1 m.

Sub12 M/F: 2 m.

Sub14 M: 3 m.

Sub14 F: 2 m.

Sub16 M/F: 3 m.

Triple salt:

Sub14 M: 7 i 9 m.

Sub14 F: 6 i 8 m.

Sub16 M: 9 i 11 m.

Sub16 F: 7 i 9 m.

Cadència llistons salt d'alçada

Sub 10 M: 0.70-0.80-0.85-0.90-0.95-1.00-1.05-1.10 i de 3 en 3 cm

Sub 10 F: 0.70-0.80-0.85-0.90-0.95-1.00-1.03-1.06 i de 3 en 3 cm

Sub 12 M: 1.00-1.10-1.15-1.20-1.25-1.28-1.31-1.34 i de 3 en 3 cm.

Sub 12 F: 0.95-1.05-1.10-1.15-1.20-1.25-1.28-1.31 i de 3 en 3 cm.

Sub 14 M: 1.10-1.20-1.25-1.30-1.35-1.40-1.43-1.46 i de 3 en 3 cm.

Sub 14 F: 1.05-1.15-1.20-1.25-1.30-1.35-1.38-1.41 i de 3 en 3 cm.

Sub 16 M: 1.40-1.45-1.50-1.55-1.60-1.65-1.70-1.74-1.81 i de 3 en 3 cm.

Sub 16 F: 1.30-1.35-1.40-1.44-1.48-1.52-1.56-1.59 i de 3 en 3 cm.

Cadència llistons salt amb perxa

Sub 12 M: 1.40-1.50-1.60-1.65-1.70-1.75-1.80 i de 5 en 5 cm.

Sub 12 F: 1.40-1.50-1.60-1.65-1.70-1.75-1.80 i de 5 en 5 cm.

Sub 14 M: 1.50-1.70-1.85-2.00-2.10-2.15-2.20-2.25 i de 5 en 5 cm.

Sub 14 F: 1.50-1.70-1.85-2.00-2.10-2.15-2.20-2.25 i de 5 en 5 cm.

Sub 16 M: 2.30-2.50-2.70-2.85-3.00-3.15-3.30-3.40-3.50-3.60-3.70-3.75 i de 5 en 5 cm.

Sub 16 F: 2.00-2.20-2.35-2.50-2.60-2.70-2.80-2.90-3.00-3.05-3.10 i de 5 en 5 cm

5. Horaris

1a jornada

25/10/2025

Categories Sub8, Sub10, Sub14

10:00		Llargada S8 F	Alçada S10 F	Vortex S10 M (2 grups)	Llargada S8 M
10:15					
10:30	400 m.ll. S8 F	Perxa S14 M			
10:45	400 m.ll. S8 M				
11:00	60 m.ll. S10 F			Disc S14 F	Triple S14 F (2 grups)
11:15	60 m.ll. S10 M			Vortex S10 F	
11:30			Alçada S10 M		
11:45	80 m.t. S14 F		Pes S14 M		
12:00	80 m.t. S14 M				
12:25	150 m.ll. S14 F	Perxa S14 F		Disc S14 M	Triple S14 M
12:55	150 m.ll. S14 M		Pes S14 F		
13:20	4x80 S14 Mixte				

2a jornada

25/10/2025

Categories Sub12, Sub16

16:00				Disc S12 M	Javelina S12 F
16:30	60 m.t. S12 M	Llargada S16 F (2 grups)	Perxa S12 M	Alçada S16 M	
16:45	60 m.t. S12 F			Disc S12 F	
17:00	120 m.ll. S12 M				
17:20	120 m.ll. S12 F				Javelina S12 M (2 grups)
17:45	100 m.t. S16 F	Llargada S16 M	Perxa S12 F		
18:05	100 m.t. S16 M			Alçada S16 F	Pes S16 F
18:10					Disc S16 M
18:25	300 m.ll. S16 F				
18:45	300 m.ll. S16 M			Disc S16 F	Pes S16 M
19:20	4x100 S16 Mixte				

1a i 2a jornada Marxa Atlètica

Categories Sub 10, Sub 12 i Sub 14

25/10/2025	Mollet del Vallès
11:00	1000 m.m. sub 10 M/F
11:20	2000 m.m. sub 12 M/F
11:40	2000 m.m. sub 14 M/F

Per la coincidència de dates, les proves de Marxa Atlètica sub 10, sub 12 i sub 14 del Trofeu Promoció es realitzaran a Mollet, dins el Gran Premi de Marxa Atlètica Ciutat de Mollet el mateix dissabte 25 d'octubre

3a jornada

15/11/2025

Categories Sub12, Sub16

9:40			Llargada S12 F Grups A-B		
10:00		Perxa S16 F		Alçada S12 M	Martell S16 M
10:00		Pes S12 M Grup A			
10:15	60 m.ll. S12 M				
10:20			Llargada S12 F Grup C		
10:35					
10:40	60 m.ll. S12 F	Pes S12 M Grup B	Llargada S12 M Grup A		
11:10	600 m.ll. S12 M	Pes S12 F	Llargada S12 M Grup B		Javelina S16M
11:25	600 m.ll. S12 F				
11:50	4x60 S12 Mixte		Triple S16 F		
12:15	600 m.ll. S16 F			Alçada S12 F	
12:25	600 m.ll. S16 M	Perxa S16 M			Javelina S16 F
12:40	300 m.t. S16 F				
12:50	300 m.t. S16 M		Triple S16 M		
13:00	100 m.ll. S16 F				
13:10	100 m.ll. S16 M				Martell S16 F

4a jornada 15/11/2025

Categories Sub8, Sub10, Sub14

15:45				Martell S14 M
16:00		Llargada S10M Grup A	Llargada S10F Grup A	
16:30	60 m.ll. S8 F			Alçada S14 M
16:40			Llargada S10F Grup B	
16:45	60 m.ll. S8 M	Llargada S10M Grup B		Vòrtex S8 F
17:00				Vòrtex S8 M
17:10	400 m.ll. S10 F			
17:25	400 m.ll. S10 M			Pes S10 F
17:45	4x60 S8 Mixte	Llargada S14M		Javelina S14M
17:55	4x60 S10 Mixte			
18:10				Alçada S14 F Javelina S14 F
18:20	220 m.t. S14 M		Llargada S14 F Grup A	Pes S10 M
18:25	220 m.t. S14 F			
18:40	600 m.ll. S14 M			
18:50			Llargada S14 F Grup B	
18:55	600 m.ll. S14 F			
19:10	80 m.ll. S14 M			Martell S14 F
19:25	80 m.ll. S14 F			