

**CIRCUIT  
PAISOS CATALANS**

**TEMPORADA 2012-2013**

**REGLAMENT**

# Índex :

I Categories :	2
II Inscripcions de l'equips :	2
III Organització de les proves :	2
IV Reglamentació per categories i proves :	3
Youth E' - Pre-benjamins :	3
1 Cursa.....	3
2 Natació.....	3
Youth E - Benjamins:	3
1. Natació .....	3
2. Combinat .....	3
Youth D - Alevins .....	3
1. Natació .....	4
2. Combinat .....	<b>iError! Marcador no definido.</b>
Youth C - Infantils .....	4
1. Natació .....	4
2. Combinat .....	5
Youth B - Cadets :	4
1. Natació .....	5
2 Combiné .....	5
V Clasificacions i Entrega de premis.....	6

## ***I Categories :***

<i>Categories</i>	<i>França</i>	<i>Catalunya</i>	<i>2013</i>
Youth A	Cadets	Juvenil	1995-1996
Youth B	Mínimes	Cadet	1997-1998
Youth C	Benjamins	Infantil	1999-2000
Youth D	Poussins	Aleví	2001-2002
Youth E	Pupilles	Benjamí	2003-2004
Youth E'	Pré-pupilles	Pre-benjamins	2005-2006

## ***II Inscripcions dels atletes :***

Les inscripcions dels atletes els faran els clubs corresponents a la federació o Comitè corresponent 8 dies abans de la celebració de la competició. La federació o comitè tindria que fer les inscripcions dels seus participants 5 dies abans de la celebració de la prova.

Les fitxes d'inscripcions tindran que omplir les següents dades :

- El nom i cognoms, data de naixement i categoria a la que se l'inscriu, així com els temps de natació dels participants.
- El cost de la inscripció serà ;
  - . 3€ per el comitè departamental dels pirineus orientals a les competicions a la Catalunya Sud.
  - . 3€ per la federació catalana a les competicions a la Catalunya Nord

## ***III Calendari i reglament de les proves :***

Les competicions aniran de desembre 2012 a juny de 2013.

El calendari de les proves per categories serà els següents :

Pre-benjamins, Benjamins, Alevins i Infantils

16 de febrer de 2013 a TORREDEMBARRA Catalunya

10 de març de 2013 a PERPINYAN França

14 d'abril de 2013 a Sant Cyprian França

27 i 28 d'abril de 2013 a SANT BOI Catalunya

Cadets

8 i 9 de desembre de 2012 a PERPINYAN França

27 i 28 d'abril de 2013 a SANT BOI Catalunya

Final ( totes les categories )

18 de Maig de 2013 a PERPINYAN França

Per participar a la final del circuit es necessari haver competit per les categories de pre-benjamins a infantils com a mínim en 2 proves i 1 de les quals en el territori contrari al que pertany.

Per a la categoria cadet es necessari haver participat en 1 de les 2 proves.

Les competicions estenem que organitzar en una sola jornada a ser preferentment en dissabte.

La final s'anirà realitzant alternativament cada any

Dintre de les possibilitats de cada organització el programa de la competició es tindrà que realitzar entre les 11h del matí a les 17h de la tarda.

**L'ordre de les proves seran les següents : 1 natació i 2 combinat.**

Segons el reglament per la prova de combinat es tindrà que portar la samarreta marcada amb la inicial del nom i el cognom, amb les sigles de la seva federació.

#### **IV Reglament de competicions per categories :**

##### **Pre-benjamins o Youth E'**

###### **1. Cursa**

Prova : **500 Metres.**

Nois i Noies 2' = 1000pts +/- 16 pts per segon

Sortida en grup

###### **2. Natació**

Prova : **25 Metres** estil lliure.

Nois i Noies 20" =1000pts +/- 16pts per cada 0'33

Les series es realitzant en funció dels temps que donen els entrenadors en les inscripcions abans de la competició.

Esta autoritzat barrejar les series amb nois i noies.

##### **Benjamins o Youth E :**

###### **1. Natació**

Prova : **50 Metres** estil lliure.

Nois i Noies 40" 1000 pts +/- 12 pts per cada 0'33

Les series es realitzen en funció dels temps que donen els entrenadors en les inscripcions abans de la competició.

Esta autoritzat barrejar les series amb nois i noies.

###### **2. Combinada**

La prova consisteix en córrer 20m, tirar **5** xapes en 1'10 max, córrer **400m**, tirar **5** xapes en 1'10 max córrer **400m**.

6' = 2000 pts (+/- 12 pts per segon)

Els atletes tenen la possibilitat de tirar amb un recolzament fixe.

L'escalfament :

**4 minuts de tir al cartró.**

**8 minuts amb tir lliure amb cursa.** Durant aquest període, els atletes estan autoritzats a disparar un nombre il·limitats de balins assistits per un membre del club.

Sortida amb handicap

## **Alevins o Youth D**

### **1. Natació**

Prova : **50 Metres estil lliure.**

Nois i Noies 40" 1000 pts +/- 12 pts per cada 0'33

Les series es realitzen en funció dels temps que donen els entrenadors en les inscripcions abans de la competició.

Esta autoritzat barrejar les series amb nois i noies.

### **2. Combinada**

La prova consisteix en córrer 20m, tirar **5** xapes en 1'10 max, córrer **400m**, tirar **5** xapes en 1'10 max córrer **400m**.

5' = 2000 pts (+/- 12 pts per segon)

Els atletes tenen la possibilitat de tirar amb un recolzament fixe.

L'escalfament :

**4 minuts de tir al cartró.**

**8 minuts amb tir lliure amb cursa.** Durant aquest període, els atletes estan autoritzats a disparar un nombre il·limitats de balins assistits per un membre del club.

Sortida amb handicap

## **Infantils o Youth C**

### **1. Natació**

Prova : **100 Metres estil lliure.**

Nois i Noies 1' 14 = 1000 pts +/- 8 pts per cada 0'33 seg

Les series es realitzen en funció dels temps que donen els entrenadors en les inscripcions abans de la competició.

Esta autoritzat barrejar les series amb nois i noies.

### **2. Combinada**

La prova consisteix en córrer 20m, tirar **5** xapes en 1' max, córrer **800m**, tirar **5** xapes en 1' max córrer **800m**.

8'30 = 2000 pts (+/- 8pts per segon)

Els atletes tenen la possibilitat de tirar amb un recolzament mòbil.

L'escalfament :

**4 minuts de tir al cartró.**

**8 minuts amb tir lliure amb cursa.** Durant aquest període, els atletes estan autoritzats a disparar un nombre il·limitats de balins assistits per un membre del club.

Sortida amb handicap

## Cadets o Youth B :

### **1. Natació**

Prova : **200 Metres estil lliure.**

Nois i Noies 2'30 = 1000 pts +/- 4 pts per cada 0'33 seg.

Les series es realitzen en funció dels temps que donen els entrenadors en les inscripcions abans de la competició.

Esta autoritzat barrejar les series amb nois i noies.

### **2. Combinada**

La prova consisteix en córrer **20m**, tirar **5** xapes en 50 max , córrer **800m**, tirar **5** xapes en 50 max córrer **800m** i tirar **5** xapes en 50 max córrer **800m**

Nois i Noies 10'30 = 2000 pts +/- 4 pts per seg.

L'escalfament :

**4 minuts de tir al cartró.**

**8 minuts amb tir lliure amb cursa.** Durant aquet període, els atletes estan autoritzats a disparar un nombre il·limitats de balins assistits per un membre del club.

Sortida amb handicap

## Classificació i Entrega de premis.

Es farà reconeixement como mínim :

- Per les proves classificatòries del circuit català , medalles pels 3 primers classificats per categoria i sexe.
- Per la final del circuit català , trofeu pels 3 primers classificats per categoria i sexe.

## Final d'Els països catalans:

La classificació en la final es farà en funció de la participació dels atletes :

- Pels cadets como mínim haver participat en 1 de les 2 proves.
- Pels infantils, alevins, benjamins i pre-benjamins como mínim haver participat en 2 proves i 1 de les quals de les proves organitzades per la federació contraria a la que pertany el atleta.

**La final es farà segons**

- Natació i combinat pels cadets, infantils, alevins i benjamins.
- Natació i cursa pels pre-benjamins

El campió del països catalans serà el que guany la final.

Sant Boi de Llobregat a 8 Gener 2013

Pedro Pérez