

**FEDERACIÓN DE ATLETISMO DE CASTILLA Y LEÓN.**

Rector Hipólito Durán, 9-11  
Teléfono 983.25.62.22 – Fax 983.26.79.87  
47011 Valladolid  
C.I.F.: G47076617  
Correo Electrónico: [info@fetacyl.org](mailto:info@fetacyl.org)  
Web: [www.fetacyl.es](http://www.fetacyl.es)

**DEPARTAMENTO TÉCNICO**

CIRCULAR 70/2016

**XXX CAMPEONATOS AUTONÓMICOS ABSOLUTO Y PROMESA, DE CASTILLA Y LEÓN****XII GRAN PREMIO DE ATLETISMO AYUNTAMIENTO DE PALENCIA  
Palencia, 9 de Julio de 2016**

La Delegación Palentina de Atletismo, por delegación de la Federación de Atletismo de Castilla y León, organiza de forma conjunta el XXX Campeonatos Autonómicos Absoluto y Promesa de Castilla y León, y el XII Gran Premio de Atletismo Ayuntamiento de Palencia, a celebrarse el día 9 de Julio de 2016, en Palencia.

**1) Participantes:**

Podrán tomar parte todos aquellos atletas, según las normas generales de participación, y que estén en posesión de las siguientes marcas mínimas, conseguidas en el período comprendido entre el 1 de Noviembre de 2015 y el 3 de Julio de 2016.

**2) Mínimas de participación:**

Prueba	Absoluto		Promesas	
	Hombres	Mujeres	Hombres	Mujeres
100 m.l.	11.0-11.30	13.0-13.20	11.2-11.50	13.2-13.50
200 m.l.	22.9-23.20	28.0-28.30	23.2-23.50	28.2-28.50
400 m.l.	51.4-51.60	1.02.01.02.20	51.8-51.90	1.03.01.03.20
800 m.l.	1.57.0	2.27.0	1.59.0	2.29.0
1500 m.l.	4.00.0	5.04.0	4.05.0	5.09.0
3000 m.l.	-	-	-	-
5000 m.l.	15.30.0	-	15.50	-
110/100 m.v.	17.5-17.80	17.8-18.10	17.6-17.90	17.8-18.10
400 m.v.	58.0/58.20	1.10.01.10.20	59.0-59.20	1.11.01.11.20
3000 m.obst.	10.20.0 (1)	12.40.0 (1)	10.30.0 (1)	12.50.0 (1)
10/5 km.marcha	55.00.0	1.04.00	55.00.0	1.04.00
Altura	1,88	1,53	1,75	1,35
Pértiga	3,80	2,90	3,20	2,40
Longitud	6,60	5,10	6,00	4,70
Triple	13,20	10,80	12,00	10,00
Peso	12,00	10,00	11,00	9,70
Disco	38,00	29,00	34,00	25,00
Jabalina	45,00	30,00	42,00	28,00
Martillo	36,00	30,00	34,00	28,00
Relevos 4x100	(2)	(2)	6 mejores marcas (3)	6 mejores marcas (3)



## FEDERACIÓN DE ATLETISMO DE CASTILLA Y LEÓN.

Rector Hipólito Durán, 9-11  
Teléfono 983.25.62.22 – Fax 983.26.79.87  
47011 Valladolid  
C.I.F.: G47076617  
Correo Electrónico: [info@fetacyl.org](mailto:info@fetacyl.org)  
Web: [www.fetacyl.es](http://www.fetacyl.es)



- (1) También podrán participar los 20 primeros clasificados en el Campeonato Autonómico de Campo a Través (10 En Promesa).
- (2) De no completarse las plazas con relevos promesas, podrán participar, fuera de concurso, equipos absolutos.
- (3) Las 6 mejores marcas, con marca de Relevo 2015 ó 2016 ó suma de 4 tiempos del 2016.

### HORARIO

10.30	Martillo	Hombres
10.30	10 km marcha	Mujeres
10.30	10 km marcha	Hombres
10.30	Longitud	Mujeres
10.30	Altura	Mujeres
10.30	Pértiga	Hombres
11.30	Martillo	Mujeres
11.30	5000 m.l.	Hombres
11.45	Triple	Hombres
11.50	3000 obst.	Hombres
12.05	3000 obst.	Mujeres
12.20	1500 m.l.	Hombres
12.30	Jabalina	Mujeres
12.30	1500 m.l.	Mujeres
13.30	Disco	Hombres
17.30	400 m.v. (1)	Hombres
17.30	Triple (1)	Mujeres
17.30	Pértiga (1)	Mujeres
17.30	Peso (1)	Hombres
17.30	Disco (1)	Mujeres
17.40	400 m.v. (1)	Mujeres
17.50	100 m.l. (1)	Hombres
18.00	Altura (1)	Hombres
18.05	100 m.l. (1)	Mujeres
18.20	110 m.v. (1)	Hombres
18.30	100 m.v. (1)	Mujeres
18.40	200 m.l. (1)	Hombres
18.45	Longitud (1)	Hombres
18.45	Peso (1)	Mujeres
18.45	Jabalina (1)	Hombres
18.55	200 m.l. (1)	Mujeres
19.05	800 m.l. (1)	Hombres
19.15	800 m.l. (1)	Mujeres
19.25	400 m.l. (1)	Mujeres
19.35	400 m.l. (1)	Hombres
19.45	4x100	Mujeres
19.50	4x100	Hombres
20.00	Entrega de Premios a las mejores marcas	

(1) pruebas XII Gran Premio Ayuntamiento de Palencia.

#### 4) Normas Técnicas:

- A) Todas las pruebas serán finales, y si hubiera varias series, serían finales por tiempos.
- B) En los concursos pasarán a la mejora las ocho mejores marcas, en conjunto con el Gran Premio, debiendo haber, al menos, cinco atletas de Castilla y León.



## FEDERACIÓN DE ATLETISMO DE CASTILLA Y LEÓN.

Rector Hipólito Durán, 9-11  
Teléfono 983.25.62.22 – Fax 983.26.79.87  
47011 Valladolid  
C.I.F.: G47076617  
Correo Electrónico: [info@fetacyl.org](mailto:info@fetacyl.org)  
Web: [www.fetacyl.es](http://www.fetacyl.es)



C) Cadencia de los listones:

Altura Hombres: 1,50-1,55-1,60-1,65-1,70-1,75-1,80-1,84-1,88-1,92-1,95-1,98-2,01-2,04-2,07 y de 2 en 2 cm.

Altura Mujeres: 1,30-1,35-1,40-1,45-1,50-1,54-1,58-1,62-1,65-1,68-1,71 y de 2 en 2 cm.

Pértiga Hombres: 2,40-2,55-2,70-2,85-3,00-3,15-3,30-3,45-3,60-3,70-3,80-3,90-4,00-4,10-4,20-4,30-4,40 y de 5 en 5 cm.

Pértiga Mujeres: 1,90-2,10-2,20-2,30-2,40-2,50-2,60-2,70-2,80-2,90-3,00-3,10 y de 5 en 5 cm.

Las alturas de los listones se podrán modificar en función de los atletas inscritos.

D) Premios:

- Medalla a los tres primeros/as clasificados/as con licencia por Castilla y León.

- Premio de 100 euros a los Campeones Autonómicos no vencedores del Gran Premio.

### GRAN PREMIO AYUNTAMIENTO DE PALENCIA.

- 400, 250, 175 euros a las mejores marcas del Gran Premio ( Hombres y Mujeres ). No acumulables.

- Las marcas deberán obtenerse con viento legal. En caso contrario se añadirán, en 100 m.l. y 110 m.v., 1 décima por cada metro o fracción que supere el viento reglamentario. En la prueba de salto de Longitud, se restarán 10 cm por cada metro o fracción de viento ilegal.

- Solo se tendrá en cuenta una marca por prueba, en el caso de los concursos.

- Trofeo y 125 euros al vencedor de cada prueba, excepto mejores marcas del Gran Premio

\*\*Todos los premios deben ser recogidos personalmente.

Vº Bº  
EL PRESIDENTE DE LA FEDERACIÓN  
DE ATLETISMO DE CASTILLA Y LEÓN

Fdo.: Gerardo García Alaguero

Valladolid, 20 de junio de 2016  
EL DEPARTAMENTO TÉCNICO