

V FESTIVAL NAVIDEÑO
Estadio de Atletismo - Unidad Deportiva el Salitre
Diciembre 3 de 2022

ORGANIZA: Liga de Atletismo de Bogotá D.C.

CATEGORIAS / EDADES / PRUEBAS					
CATEGORIAS	AÑOS DE NACIMIENTO	PRUEBAS	CATEGORIAS	AÑOS DE NACIMIENTO	PRUEBAS
SUB 8	2015-2016- 2017 - 2018	40 mts planos	SUB 10	2013-2014	50 mts planos
		Salto con Rebote Cruzado			Salto lateral
		Lanzamiento de Vortex			Lanzamiento de Balón atrás
SUB 12	2011-2012	60 mts vallitas	SUB 14	2009-2010	80 mts planos
		Salto acumulado a pie junto			Salto Largo carrera aprox corta
		Lanzamiento de Balón desde sentado			Lanzamiento de pelota
SUB 16	2007-2008	600 mts planos	SUB 18	2005-2006	600 mts planos
		150 mts planos			100 mts planos
		1.000 mts planos			Salto Largo
		Salto con Pértiga			Lanzamiento Jabalina
		80- 100 mts vallas			400 mts planos
Lanzamiento de Disco	1500m planos				

REGLAS GENERALES DEL EVENTO

Entidades participantes:

Cada club, escuela, Institución educativa o municipio podrá inscribir un número ilimitado de participantes, más sin embargo el cupo de participación en general del torneo será LIMITADO.

De igual forma, deberá delegar en una persona mayor de edad la responsabilidad de su grupo quien se encargará de la inscripción, recibo de numeración y demás inherentes a su labor.

INSCRIPCIONES: Las inscripciones se realizarán a través del correo electrónico atletismobogota@live.com diligenciando la planilla de inscripción adjunta y deberán enviar soporte de pago con:

- Nombres completos de atletas.
- Club, escuela, Institución educativa o municipio.
- Cantidad de deportistas inscritos.
- Nombre y contacto del delegado o delegada.

Se recibirán inscripciones **hasta el día 26 de noviembre de 2022 a las 5:00 p.m.**

MEDIOS DE PAGO INSCRIPCION		
1) A LA CUENTA CORRIENTE 142509272 BANCO BBVA (cuenta a nombre de La Liga de atletismo – enviar soporte a atletismobogota@live.com con el nombre del deportista inscrito, para confirmar inscripción)		
2) EFECTIVO EN LA OFICINA DE LA LIGA ATLETISMO DE BOGOTÁ		
INSCRIPCION ORDINARIA	\$50.000	HASTA EL 18 DE NOVIEMBRE
INSCRIPCION EXTRAORDINARIA	\$55.000	HASTA EL 26 DE NOVIEMBRE

Kit del atleta:

Cada inscrito se hará acreedor a un KIT que incluirá

- Suvenir alusivo al evento
- Gorro navideño
- Número de competencia
- Medalla de participación para todas las categorías niños y niñas (se entregará en la premiación del evento de acuerdo a la programación)

La entrega de kit se realizará el 1 y 2 de diciembre de 9:00 am a 12:00m y 2:00pm a 4:00pm en la oficina de la Liga de Atletismo en la pista de atletismo de la unidad deportiva el salitre

Compromisos de los participantes:

Cada competidor deberá participar con el número de competencia asignado y camiseta de la entidad que represente (club, escuela, municipio, colegio, etc.). Cada deportista competirá en las pruebas previamente inscritas; el día del evento NO se recibirá inscripciones o se cambiará de pruebas.

Reglamentación de competencia:

- ✓ El evento se realizará en dos jornadas.
- ✓ Cada participante tendrá tres (3) intentos para los saltos y lanzamientos.
- ✓ En las categorías U14, U16 y U18 podrán participar máximo en tres (3) pruebas

- ✓ En el salto rebote cruzado, de la categoría U8, Debe saltar continuamente durante un tiempo (20 segundos), el resultado será la sumatoria de los saltos en los tres (3) intentos.
- ✓ En el salto lateral, de la categoría U10, Debe saltar continuamente a un lado y otro del obstáculo durante un tiempo (20 segundos), el resultado será la sumatoria de los saltos en los tres (3) intentos. El participante se sitúa al lado de un obstáculo bajo que sea seguro (de goma, espuma, cartón...). Si el obstáculo se cae, se acomoda rápidamente y continua hasta terminar el tiempo.
- ✓ En el salto acumulado a pie junto, de la categoría U12, se salta desde una línea de salida y los demás saltos desde donde ha caído el anterior, se realizan 3 saltos consecutivos, la sumatoria de cada salto da la medida final. Cada participante realiza 3 intentos
- ✓ En el salto largo categoría U14, femenino y masculino, existirá una zona de rechazo de 60cm de ancho y se marcará a 2mts (de la zona de caída, para que el salto sea válido el atleta debe pisar dicha zona. Se puede pisar la línea límite inicial (más lejana del foso), pero no la final. La carrera de impulso es de 15m.
- ✓ En el salto con pértiga: categoría U16 altura inicial masculino 2,20m y femenino 1.80m. A partir de la altura inicial la varilla será elevada de 10cm en 10cm. hasta las dos subsiguientes; a partir de la tercera altura la varilla será elevada de 5cm en 5cm.
- ✓ El lanzamiento de balón atrás U10, se realiza el lanzamiento de balón con dos brazos hacia atrás por encima de la cabeza (balón baloncesto) buscando la mayor distancia. 3 intentos
- ✓ Lanzamiento de Balón desde sentado U12, se realizará el lanzamiento de Balón. (1 kg) desde sentado con dos brazos hacia adelante desde el pecho para sobre pasar la altura (1.0m) de un obstáculo que estará a 2m de distancia.
- ✓ Especificaciones carreras con vallas

CATEGORIA	RAMA	PRUEBA	Nº VALLAS	ALTURA VALLA	DISTANCIA 1ª VALLA	DISTANCIA ENTRE VALLA	ULTIMA VALLA A META
U16	MASCULINO	100	10	0,760	13,00	8,50	10,50
	FEMENINO	80	8	0,760	12,00	8,00	12,00

- ✓ Especificaciones implementos de lanzamientos

CATEGORIA	IMPLEMENTO	PESO	
		MASCULINO	FEMENINO
U10	BALON	500 gr	500 gr
U12	BALON	1.000 kg	1.000 kg
U14	PELOTA	120 kg	120 kg
U16	DISCO	1,500 kg	1,000 kg
U18	JABALINA	700 gr	500 gr

Premiación:

Se efectuará por categoría y género; una vez finalizada la batería de competencia de su respectiva categoría.

PROGRAMACION
I JORNADA – SÁBADO 3 DE DICIEMBRE

HORA	PRUEBA	CATEGORIA	GENERO
8:30 - 9:00 am	40 mts planos	SUB8	Femenino
	Salto acumulado a pie junto	SUB12	Femenino
	Lanzamiento de Vortex	SUB8	Masculino
9:00 - 9:30 am	60 mts vallitas	SUB12	Masculino
	Salto con Rebote Cruzado	SUB8	Masculino
	50 mts planos	SUB10	Femenino
9:30 - 10:00 am	Lanzamiento de Balón atrás	SUB10	Femenino
	Lanzamiento de Balón desde sentado	SUB12	Femenino
	Salto con Rebote Cruzado	SUB8	Femenino
10:00 - 10:30 am	40 mts planos	SUB8	Masculino
	Salto lateral	SUB10	Masculino
	Lanzamiento de Vortex	SUB8	Femenino
10:30 - 11:00 am	60 mts vallitas	SUB12	Femenino
	50 mts planos	SUB10	Masculino
	Salto lateral	SUB10	Femenino
11:00 - 11:30 am	Lanzamiento de Balón atrás	SUB10	Masculino
	Salto acumulado a pie junto	SUB12	Masculino
	Lanzamiento de Balón desde sentado	SUB12	Masculino
11:30 - 12:00	600 mts planos	SUB 12	Femenino
			Masculino

II JORNADA – SÁBADO 3 DE DICIEMBRE

HORA	PRUEBA	CATEGORIA	GENERO
14:00	Salto con garrocha	Sub 16	Femenino / Masculino
14:00	80 metros planos	Sub 14	Femenino
14:00	Lanzamiento Jabalina	Sub 18	Femenino
14:20	80 metros planos	Sub 14	Masculino
14:40	80 / 100 metros vallas	Sub 16	Femenino / Masculino
14:40	Lanzamiento Jabalina	Sub 18	Masculino
15:00	Salto Largo carrera aprox corta	Sub 14	Femenino
15:00	Lanzamiento de pelota	Sub 14	Masculino
15:00	100 mts planos	Sub 18	Femenino
15:10	100 mts planos	Sub 18	Masculino
15:20	Salto Largo carrera aprox corta	Sub 14	Masculino
15:20	150 mts planos	Sub 16	Femenino
15:30	Lanzamiento de pelota	Sub 14	Femenino
15:40	150 mts planos	Sub 16	Masculino
15:50	400 mts planos	Sub 18	Femenino
16:00	Salto Largo	Sub 18	Femenino
16:00	Lanzamiento de Disco	Sub 16	Femenino
16:00	400 mts planos	Sub 18	Masculino
16:10	600 metros planos	Sub 14	Femenino / Masculino
16:20	1.000 metros planos	Sub 16	Femenino / Masculino
16:20	Lanzamiento de Disco	Sub 16	Masculino
16:30	Salto Largo	Sub 18	Masculino
16:30	1.500 metros planos	Sub 18	Femenino / Masculino