

CAMPEONATO NACIONAL DE LAS PROMESAS - MERCEDES -SORIANO

SÁBADO 22 DE SETIEMBRE DE 2018- ESTADIO "LUIS KÖSTER"

ORGANIZA: DIRECCIÓN DEPARTAMENTAL DE INAU SORIANO, DIVISIÓN DEPORTES DE LA IMS, SECRETARÍA NACIONAL DE DEPORTES Y CONFEDERACIÓN ATLÉTICA DEL URUGUAY.

PROGRAMA:

Hora 9:00: Series de Velocidad 80 mts Damas y Varones. -Sub 14
Salto Largo. Damas - Sub 16
Lanzamiento de bala damas y varones - Sub 16

Hora 10:00: Series de Velocidad 100 mts D. V. -Sub 16
Salto Largo D. V. -Sub 14
150 Metros D. V – Sub 14

Hora 11:00: Vallas 60 metros D. V -Sub 14
Salto Largo V. -Sub 16
Jabalina D. V. -Sub 14
Vallas 80 metros Damas y Varones - Sub 16
800 metros –Sub 20 Damas y Varones.

Hora 11:30: CIRCUITO DE MINI ATLETISMO

Hora 12:00 a 13:00: Descanso.

Hora 13:00: Lanz Bala - Sub 18 damas y varones
Finales de Velocidad D. V. Sub 14 y Sub 16

Hora 13:30: Disco D. V. - Sub 14

Hora 14:00: Lanzamiento de disco D. V - Sub 16
Lanzamiento de bala D. V – Sub 14
Salto alto D. V – Sub 16

Hora 15:00: Lanzamiento de jabalina D.V – Sub 16
200 mts D. V - Sub 16

Hora 16:00: lanzamiento de jabalina -Sub 18 damas y varones
800 mts -Sub 14 D. V
400 mts D. V. -Sub 20
Salto alto damas y varones –Sub 14

Hora 16:30: 2000 metros – Sub 16 Damas y Varones
1200 mts –Sub 14 Damas y Varones
Lanzamiento de disco Damas y Varones –Sub 18
3000 metros llanos Damas y Varones –Sub 18
1500 metros –Sub 23 Damas y Varones

Hora 17:00 PREMIACION.

REGLAMENTO GENERAL.-

ACTIVIDAD SUB 14:

Salto largo y lanzamientos, se harán 3 intentos por cada atleta y los 8 mejores realizarán uno más.

Las vallas serán 6, con una distancia de 12 metros desde el punto de partida a la primera valla, luego 7 metros entre el resto de las vallas y la última estará ubicada a trece metros de la línea de llegada.

ACTIVIDAD SUB 16 y SUB 18: podrán realizar 3 pruebas.

VALLAS SUB 16 DAMAS Y VARONES: 80 METROS, 8 VALLAS A 76 CMS DE ALTURA, 8 MTS DE DISTANCIA ENTRE VALLAS.

DESDE EL PUNTO DE PARTIDA A LA PRIMERA VALLA SON 12 MTS Y DE LA ÚLTIMA VALLA A LA LLEGADA SON 12 METROS.

Se premiará a los 3 primeros de cada prueba en ambos sexos.

Lanzamientos: se realizarán 3 intentos por prueba y los 8 mejores realizarán uno más.

CATEGORÍAS:

SUB 14 – atletas nacidos en 2005- 2006.

SUB 16- atletas nacidos en 2003-2004.

SUB 18- atletas nacidos en 2001- 2002.

Queda a criterio de los docentes inscribir algún atleta nacido en 2005 en la actividad sub 16, pero no podrá participar en las actividades sub 14.

Las inscripciones se recibirán hasta el día MIÉRCOLES 19 DE SETIEMBRE HORA 20.

NO SE PERMITIRÁ REALIZAR INSCRIPCIONES EL DÍA DEL CAMPEONATO.

Se podrán inscribir al correo electrónico: **profesorpuig@gmail.com**

Por consultas con el Prof. Richard Puig al cel: 099849619.-

Esta actividad está organizada por INAU, SECRETARÍA NACIONAL DE DEPORTES, DIVISIÓN DEPORTES DE LA INTENDENCIA MUNICIPAL DE SORIANO Y CAU.-

PRUEBAS POR CATEGORÍA:

SUB 16.

- VALLAS 80 MTS DAMAS Y VARONES.
- SALTO ALTO DAMAS Y VARONES
- LANZ. DE JABALINA DAMAS Y VARONES.
- LANZ. DE DISCO DAMAS Y VARONES.
- LANZ. DE BALA DAMAS Y VARONES.
- 200 METROS DAMAS Y VARONES
- 2000 MTS DAMAS Y VARONES
- SALTO LARGO DAMAS Y VARONES.
- 100 MTS LLANOS DAMAS Y VARONES

SUB 18

- LANZ. DE JABALINA DAMAS Y VARONES
- LANZ. DE DISCO DAMAS Y VARONES.
- LANZ. DE BALA DAMAS Y VARONES
- 3000 MTS DAMAS Y VARONES.

SUB 20

- 400 MTS LLANOS VARONES Y DAMAS
- 800 MTS DAMAS Y VARONES.

SUB 14.

- 60 MTS VALLAS DAMAS Y VARONES
- 80 MTS LLANOS DAMAS Y VARONES
- SALTO LARGO DAMAS Y VARONES.
- SALTO ALTO DAMAS Y VARONES.
- 150 MTS LLANOS DAMAS Y VARONES.
- LANZAMIENTO DE JABALINA DAMAS Y VARONES
- LANZAMIENTO DE DISCO DAMAS Y VARONES.
- LANZAMIENTO DE BALA DAMAS Y VARONES.
- 800 MTS DAMAS Y VARONES.
- 1200 MTS DAMAS Y VARONES.

SUB 23

- 1500 MTS DAMAS Y VARONES.