

## LLIGA CATALANA DE PROMOCIÓ 2008-2009

a) A la Lliga Catalana de Promoció 2008-2009 podran participar tots els atletes de les categories benjamí, aleví, infantil i cadet que tinguin degudament tramitada la seva llicència federada.

b) Únicament poden optar a la classificació per equips a la Lliga Catalana de Promoció, les entitats federades participants.

### *Jornades de competició*

La competició es farà en les jornades organitzades per la FCA en la província de Barcelona de les categories aleví, infantil i cadet de les següents dates.

1a. Jornada	22 de novembre de 2008
2a. Jornada	29 de novembre de 2008
3a. Jornada	13 de desembre de 2008
4a. Jornada	10 de gener de 2009
5a. Jornada	31 de gener de 2009
6a. Jornada	28 de febrer de 2009
7a. Jornada	14 de març de 2009
8a. Jornada	4 d'abril de 2009
9a. Jornada	25 d'abril de 2009
10a. Jornada	16 de maig de 2009
11a. Jornada	30 de maig de 2009
12a. Jornada	6 de juny de 2009

### *Categories*

Les categories que comprèn aquesta lliga, són:

Cadet	atletes nascuts/des els anys 1994 i 1995
Infantil	atletes nascuts/des els anys 1996 i 1997
Aleví	atletes nascuts/des els anys 1998 i 1999
Benjamí	atletes nascuts/des els anys 2000 i 2001

No poden participar atletes d'altres categories en aquestes competicions (exceptuant atletes de categoria juvenil, quan l'horari oficial de proves així ho determini).

### *Sistema de competició*

Els clubs puntuaran en cada prova disputada amb la millor marca aconseguida per un atleta de la seva entitat en les jornades de Lliga. La puntuació vindrà donada de l'equivalència en punts de la marca en les "Taules de puntuació per a les proves de les categories de promoció" de la FCA. Exemplars d'aquestes taules estan a disposició dels clubs que així ho desitgin.

Periòdicament, sortirà publicat a la web de la FCA l'actualització de la classificació de la Lliga. Aquesta actualització s'anirà realitzant en funció de les puntuacions que cada club faci arribar per escrit ([david@fcathletisme.cat](mailto:david@fcathletisme.cat)).

En les categories infantil i cadet, 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.

Les inscripcions de totes les proves es faran directament a la pista.

Un atleta pot puntuar en un màxim de 3 proves en categoria cadet, 2 proves en categoria infantil i aleví i 1 prova en categoria benjamí.

<b>Cadet masculí:</b>	Curses Ilises:	60	100	300	600	1000	3000		
	Tanques:	60	100	300					
	Obstacles:	1500							
	Marxa:	5000							
	Salts:	Alçada		Perxa		Llargada		Triple	
	Llançaments:	Pes		Disc		Javelina		Martell	
<b>Cadet femení:</b>	Curses Ilises:	60	100	300	600	1000	3000		
	Tanques:	60	100	300					
	Obstacles:	1500							
	Marxa:	3000							
	Salts:	Alçada		Perxa		Llargada		Triple	
	Llançaments:	Pes		Disc		Javelina		Martell	
<b>Infantil masculí:</b>	Curses Ilises:	60	80	150	1000	2000	3000		
	Tanques:	60	80	220					
	Obstacles:	1000							
	Marxa:	3000							
	Salts:	Alçada		Perxa		Llargada		Triple	
	Llançaments:	Pes		Disc		Javelina		Martell	
<b>Infantil femení:</b>	Curses Ilises:	60	80	150	1000	2000	3000		
	Tanques:	60	80	220					
	Marxa:	3000							
	Salts:	Alçada		Perxa		Llargada		Triple	
	Llançaments:	Pes		Disc		Javelina		Martell	
	<b>Aleví masculí:</b>	Curses Ilises:	60	600	2000				
Tanques:		60							
Marxa:		2000							
Salts:		Alçada		Perxa		Llargada			
Llançaments:		Pes		Disc		Pilota			
<b>Aleví femení:</b>		Curses Ilises:	60	600	2000				
	Tanques:	60							
	Marxa:	2000							
	Salts:	Alçada		Perxa		Llargada			
	Llançaments:	Pes		Disc		Pilota			



<b>Benjamí masculí:</b>	Curses Ilises:	60	1000	
	Marxa:	1000		
	Salts:	Alçada		Llargada
	Llançaments:	Pilota		
<b>Benjamí femení:</b>	Curses Ilises:	60	1000	
	Marxa:	1000		
	Salts:	Alçada		Llargada
	Llançaments:	Pilota		