



Preàmbul

Com cada any, el Club Atletisme Olesa s'adreça a mares, pares i professors per tal d'emplaçar-vos a gaudir de la pràctica de l'atletisme a les nostres modestes instal·lacions.

El format del campionat continuarà la línia iniciada els anys anteriors amb la **divisió per anys de naixement dels atletes que corresponen a primària**, dotant les proves de més igualtat i disminuint de forma significativa el temps d'espera en algunes proves com el salt de llargada. Així el campionat es torna més atractiu per a l'espectador i per als participants.

També dividirem la **competició per equips entre les etapes de primària i secundària**, igualant la competició de centres. **Tots els centres rebran una placa commemorativa amb la puntuació final obtinguda per la seva escola en aquesta edició del campionat.** D'aquesta forma volem continuar engrescant a tots els alumnes i les seves respectives escoles a tenir un repte personal i global a superar en les pròximes edicions del campionat.

A més a més, en aquesta edició el Club Atletisme Olesa continuarà proporcionant **un responsable per a cada 1 o 2 escoles (en funció del voluntariat disponible)** que vetllarà per el bon funcionament i organització de les escoles corresponents dins el Campionat.

La gran novetat d'aquest any al Campionat Escolar serà la **reducció del nombre de jornades a realitzar, passant de 3 a 2 jornades.** Amb això trenquem amb la estructura de proves de pista (2 jornades) i prova de Cros (1 jornada) per a convertir el Campionat en multidisciplinar en ambdues dos jornades.





El Campionat d'aquest continua amb el **sistema de puntuació engegat fa dues edicions**. D'aquesta manera, **TOTS els participants de les escoles i instituts del nostre municipi puntuaran a la classificació de les proves que disputin**. Així tots ells sumaran una quantitat de punts determinada a la classificació final de la seva escola (dins el reglament es concreta el mateix).

L'OPEN Olesà de Cros no serà una excepció. Tal i com es va realitzar al Campionat Escolar de l'any passat es premiarà amb **puntuació TRIPLE a aquesta prova, repartint entre tots els participants el TRIPLE de punts que la resta de proves del programa**. Aquest premi s'adjudicarà **tant en categoria femenina com en categoria masculina**. D'aquesta manera volem promoure la participació activa de pares, mares, alumnes de batxillerat/cicles o ex-alumnes en aquest apassionant competició per als seus fills, germans o ex-companys.

A la jornada habitual de Cros hi haurà l'afegit d'una **prova de Llançament de Pilota Medicinal Enrere sobre el cap (Backwards Overhead Medicine Ball Throw)**. D'aquesta manera volem fomentar que tant els nens i nenes que participen al campionat com els pares, mares, alumnes de batxillerat/cicles o ex-alumnes puguin trobar diferents perfils de proves on sentir-se còmodes, gaudir de la jornada i mostrar les seves habilitats. Al igual que a la prova de Cros, a la competició OPEN de la prova de llançament es premiarà amb **puntuació TRIPLE a aquesta prova, repartint entre tots els participants el TRIPLE de punts que la resta de proves del programa**. Aquest premi s'adjudicarà **tant en categoria femenina com en categoria masculina**.

El Club Atletisme Olesa organitzarà alguns entrenaments previs a la competició per tal de que totes aquelles persones que vulguin venir a posar-se a punt per les proves puguin realitzar algunes sessions amb els diferents grups destinats a l'entrenament orientats a l'Esport Salut - Iniciació al Running/Trail Running o Curses de Fons.

Mantenint-nos a la espera de poder comptar amb la vostra inestimable col·laboració, moltes gràcies pel vostre esforç en les anteriors edicions per tal de que aquest campionat es pugui tirar endavant any rere any.





CLUB ATLETISME OLESA

www.cao.cat

Organització del Campionat

Per delegació de la Regidoria d'Esports i amb la seva col·laboració, el Club d'Atletisme Olesa organitza el XVIIè CAMPIONAT ESCOLAR D'ATLETISME els propers **diumenges 8 i 22 d'Octubre** en dues jornades multi-disciplinars.

Durant la primera jornada cada participant realitzarà una cursa de velocitat, una cursa de mig fons i un concurs de salt de llargada (primària) o salt d'alçada (ESO).

Hi haurà un monitor per cada categoria i sexe per un millor desenvolupament de les jornades amb jocs i explicacions de les proves.

Categories Campionat Escolar 2017-2018

Pre-benjamí	1r primària	2011 i inferior
Pre-benjamí	2n primària	2010
Benjamí	3r primària	2009
Benjamí	4t primària	2008
Aleví	5è primària	2007
Aleví	6è primària	2006
Infantil	1r i 2n ESO	2005/2004
Cadet	3r i 4t ESO	2003/2002





Proves XVIIè Campionat Escolar 2017-2018

Pre-benjamí M/F

50m.II.
600m.II.
Llargada
Vòrtex
Cros

Benjamí M/F

50m.II.
600m.II.
Llargada
Vòrtex
Cros

Aleví

M/F
60m.II.
600m.II.
Llargada
Llançament de Pilota Medicinal Enrere sobre el cap
Cros

Infantil

M/F
80m.II.
1.000m.II.
Llargada
Llançament de Pilota Medicinal Enrere sobre el cap
Cros

Cadet

M/F
80m.II.
1.000m.II.
Llargada
Llançament de Pilota Medicinal Enrere sobre el cap
Cros





Proves 1^a jornada (PISTA) 8 d'Octubre de 2017

Pre-benjamí M/F

50m.II.

600 m.II.

Llargada

Benjamí M/F

50m.II.

600 m.II.

Llargada

Aleví M/F

50m.II.

600m.II.

Llargada

Infantil M/F

60 m.II.

1.000m.II.

Alçada

Cadet M/F

60m.II.

1.000m.II.

Alçada





HORARIS 1ª Jornada (PISTA)

(poden sofrir variacions en funció del nombre de participants)

10:00	50m.ll. BM	Llargada AM	Alçada CF
	50 m.ll BF		
	50 m.ll. PBM		
	50 m.ll. PBF	Llargada AF	Alçada CM
	60 m.ll. IM		
	60 m.ll. IF		
	60 m.ll. CF		Alçada IM
	50m.ll. AM	Llargada BM	
	60 m.ll. CM		
	50m.ll. AF		Alçada IF
12:00		Llargada BF	
	600m.ll. PBM		
	600 m.ll PBF		
	1000 m.ll. CF		
	1000 m.ll. CM	Llargada PBM	
	600 m.ll. AM		
	600 m.ll. AF		
	1000 m.ll. IM		
	1000 m.ll. IF	Llargada PBF	
	600m.ll. BM		
	600m.ll. BF		
13:30 a			
14:00		Entrega de guardons	
APROX			





CLUB ATLETISME OLESA

www.cao.cat

Proves 2ª jornada (CROS + PISTA) 22 d'Octubre de 2.017

Pre-benjamí M/F

Cros
Vòrtex

Benjamí M/F

Cros
Vòrtex

Aleví M/F

Cros
Llançament de Pilota Medicinal Enrere sobre el cap

Infantil M/F

Cros
Llançament de Pilota Medicinal Enrere sobre el cap

Cadet M/F

Cros
Llançament de Pilota Medicinal Enrere sobre el cap





Horari 2a Jornada XVIIè Campionat Escolar d'Atletisme			
Circuit		Distància	Observacions
Circuit A amb Sortida Avançada		510m	Volta Reduïda (Línia Blava) amb Sortida Avançada
Circuit A		830m	Volta Reduïda (Línia Blava)
Circuit B		1100m	Volta Gran
Recta d'Arribada		65m	De Sortida a Arribada
Categoria		Distància / Prova / Voltes	
9:45	Benjamí Masculí / Femení	Llançament de Vórtex	
10:00	Cadet Masculí	3095m	1A+2B+Arribada
10:30 Cursa Conjunta CF i IM	Cadet Femení	2265m	2B+Arribada
	Infantil Masculí	2265m	2B+Arribada
10:30	Pre-Benjamí Masculí / Femení	Llançament de Vórtex	
	Cadet Masculí	Llançament de Pilota Medicinal	
10:55 Cursa Conjunta IF i AM	Infantil Femení	1995m	1A+1B+Arribada
	Aleví Masculí		
11:00	OPEN Masculí / Femení	Llançament de Pilota Medicinal	
11:20	Aleví Femení	1725m	2A+Arribada
11:30	Aleví Masculí	Llançament de Pilota Medicinal	
11:30	Cadet Femení	Llançament de Pilota Medicinal	
11:35	Benjamí Masculí	895m	1A+Arribada
11:50	Benjamí Femení	895m	1A+Arribada
12:00	Aleví Femení	Llançament de Pilota Medicinal	
12:05	Pre-Benjamí Masculí	575m	1A amb Sort. Avanç.+Arribada
12:15	Pre-Benjamí Femení	575m	1A amb Sort. Avanç.+Arribada
12:20	Infantil Masculí / Femení	Llançament de Pilota Medicinal	
Presentació Atletes destacats Temporada 2016-2017			
13:00	5è OPEN Olesà de Cros M i F	5565m	5B+Arribada





REGLAMENT CROS ESCOLAR D'OLESA DE MONTSERRAT/5è OPEN OLESA DE CROS 2017

El Club Atletisme Olesa, per delegació de la Regidoria d'Esports d'Olesa de Montserrat i en el marc del XVIIè Campionat Escolar d'Atletisme, organitza el Cros Escolar d'Olesa de Montserrat 2017 sota el següent reglament:

Art.1> El Club Atletisme Olesa organitza el CROS ESCOLAR D'OLESA DE MONTSERRAT 2017 el proper Diumenge 22 d'Octubre al circuit de la Zona Esportiva de les Planes.

Art. 2> Els horaris, categories i distàncies de les curses així com un plànol del recorregut s'indiquen al full annex. Els pitrals es donaran als delegats una hora abans de les curses a la secretaria del circuit.

Art. 3> Les inscripcions si bé es podran fer el mateix dia de la competició abans del començament de les proves, serà millor avançar-les per e-mail a info@cao.cat, jcgalan@cao.cat, a través del mestre/professor d'E.F o de la pròpia escola. Totes les inscripcions seran gratuïtes. **Els pitrals entregats a la primera jornada s'hauran de guardar per part de cada participant per la resta de proves del campionat.** La cursa OPEN (5è OPEN Olesa de Cros) unificarà les anteriors curses de pares i mares i la cursa del CAO. Tots els participants en aquesta cursa rebran una samarreta tècnica commemorativa de la Cursa del FOC. La inscripció es realitzarà a través de les pròpies escoles (procediment mencionat anteriorment) o el mateix dia de la cursa.

Art. 4> Cada participant solament tindrà dret a participar en una sola prova, el fet de fer-ho en dues curses serà penalitzat amb la desqualificació en ambdues proves. Cada participant haurà de portar el pitral degudament fixat a la samarreta i no està permès doblegar-ho.

Art. 6> A totes les curses la classificació serà individual . A les curses on participin simultàniament més d'una categoria, hi haurà classificació individual separada per cadascuna d'elles.

Art. 7> Hi haurà premi per als/les sis primers/res classificats/des de cada Categoria. Els atletes del CAO puntuaran per la seva Escola/AMPA i els





CLUB ATLETISME OLESA

www.cao.cat

pares i mares per la dels seus fills/es.

Art. 8> Les reclamacions hauran de ser presentades per escrit al Jutge Àrbitre i només seran acceptades fins a 30 minuts després de coneguda la classificació de la cursa.

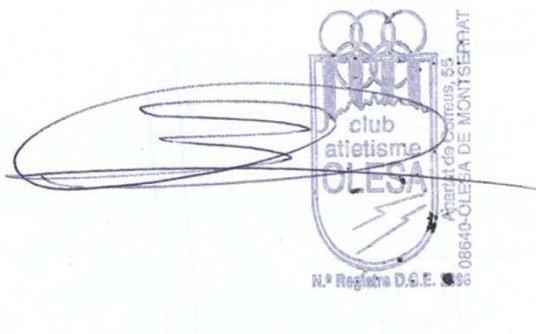
Art. 9> Les curses només podran ser suspeses en cas que per inclemència del temps o qualsevol altre problema així ho determini el Jutge Àrbitre, sent el seu veredicte inapel·lable.

Art. 10> Tot allò no previst en aquest reglament, serà resolt d'acord amb el Reglament de la IAAF.

Art. 11> La REGIDORIA D'ESPORTS i el CLUB ATLETISME OLESA, no es fan responsables dels perjudicis morals i/o materials que puguin causar o causar-se els participants i espectadors durant aquesta competició.

Art. 12> La sola inscripció en aquesta competició implica la total acceptació del preceptuat en aquest Reglament.

Vist i Plau del President del Club Atletisme Olesa





REGLAMENT XVIIè. CAMPIONAT ESCOLAR D'ATLETISME 2017-2018

El Club Atletisme Olesa, per delegació de la Regidoria d'Esports d'Olesa de Montserrat, organitza el XVIIè Campionat Escolar d'Atletisme Curs 2017-2018, sota el següent reglament:

Art 1.- El XVIè. Campionat Escolar d'Atletisme estarà format per 2 jornades que es disputaran els dies 8 i 22 d'Octubre.

Art. 2.- L'ordre de proves (a partir de les 10:00h.) s'especifica en un full annex. El cros tindrà un reglament específic.

Art. 3.- Les inscripcions si bé es podran fer el mateix dia de la competició abans del començament de les proves, serà convenient avançar-les per e-mail a info@cao.cat, jcgalan@cao.cat, o per mitjà del mestre/professor d'E.F. Totes les inscripcions seran gratuïtes. **Els pitrals entregats a la primera jornada s'hauran de guardar per part de cada participant per la resta de proves del campionat.**

Art. 4.- Les categories contemplades en aquest campionat són:

Pre-benjamí	1r primària	2011
Pre-benjamí	2n primària	2010
Benjamí	3r primària	2009
Benjamí	4t primària	2008
Aleví	5è primària	2007
Aleví	6è primària	2006
Infantil	1r i 2n ESO	2005/2004
Cadet	3r i 4t ESO	2003/2002

Art. 5.- No hi haurà límit d'atletes per prova, ni de proves per atleta. Als salts i llançaments es faran tres intents, sense millora.

Art. 6 .- Tindran **medalla els tres primers classificats** de cada categoria a les **proves de pista** i **premi els 6 primers classificats** de les **proves de cros**.

Es farà una classificació per escoles repartint un total de 50 punts per al primer classificat i un % de punts en funció de la seva posició final i el total de participants a la prova per a la resta de participants a la mateixa. D'aquesta forma, totes les proves tenen la mateixa aportació numèrica en funció del nombre de participants a la mateixa. **A l'OPEN Olesa de Cros i a la Categoria OPEN del Llançament de Pilota Medicinal**





CLUB ATLETISME OLESA

www.cao.cat

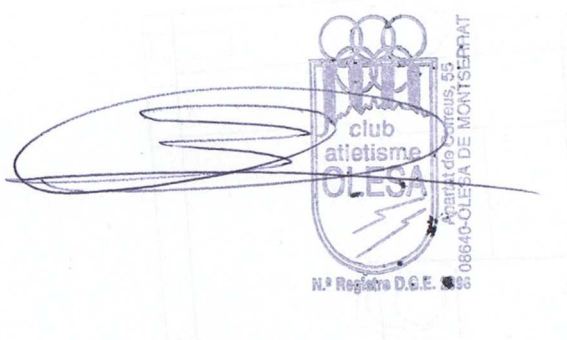
Enrere sobre el cap hi haurà una puntuació de 150 punts per al primer classificat i un % de punts en funció de la seva posició final i el total de participants a la prova per a la resta de participants a la mateixa per a tots els pares, mares, alumnes de batxillerat/cicles o ex-alumnes participin i finalitzin la prova tant en categoria Masculina com Femenina.

Hi haurà una **PLACA COMMEMORATIVA PER A TOTES LES ESCOLES** on es detallarà la puntuació final obtinguda a la classificació per centres de primària. També hi haurà una **PLACA COMMEMORATIVA PER A TOTS ELS INSTITUTS** on es detallarà la puntuació final obtinguda a la classificació per centres de secundària. Per últim, s'entregarà un trofeu als centres de primària i de secundària amb una major puntuació obtinguda essent aquests dos centres els **CAMPIONS ESCOLARS d'OLESA DE MONTSERRAT**.

Art. 7.- Tot allò no especificat en aquest reglament serà resolt per l'organització la qual es reserva el dret de modificar horaris, dates, premis i proves si per causes de força major fos necessari.

Art. 8.- La Regidoria d'Esports i el Club Atletisme Olesa, no es fan responsables dels danys morals o materials que puguin tenir els participants i espectadors d'aquesta jornada.

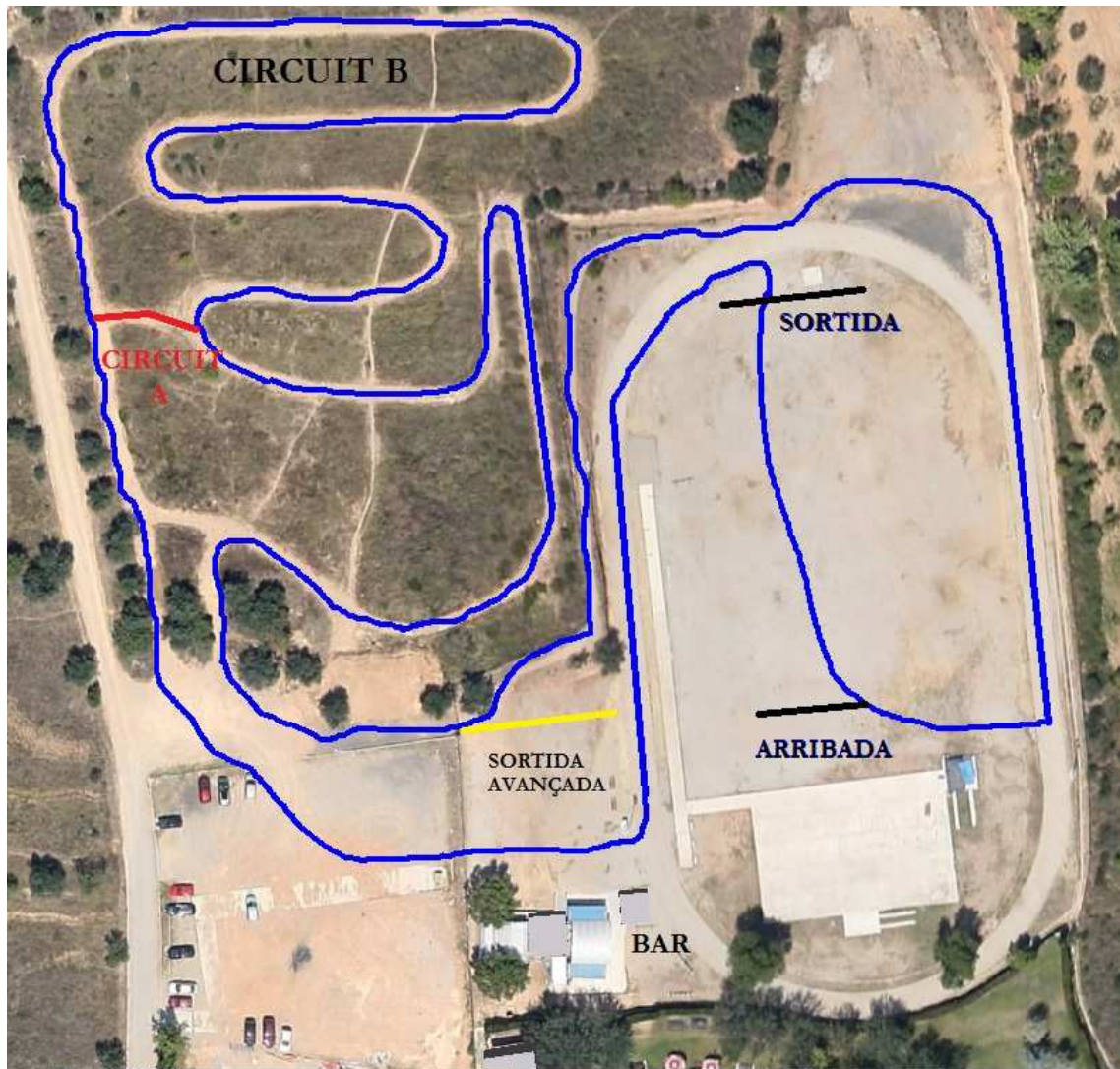
Vist i Plau del President del Club Atletisme Olesa





Annexos

Mapa dels Circuits Cros Escolar d'Olesa de Montserrat 2017

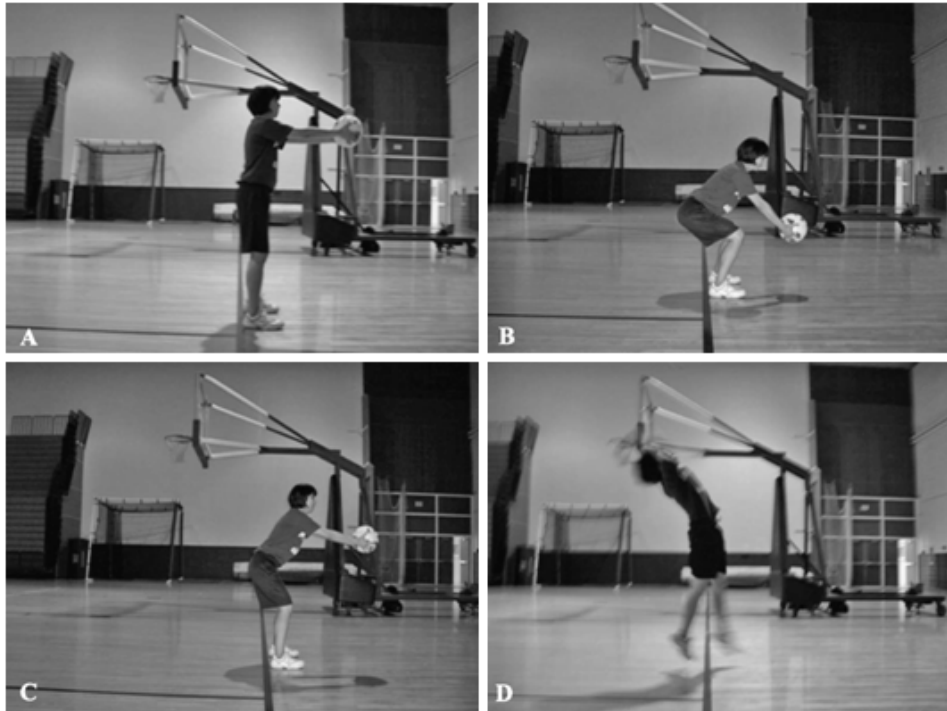




CLUB ATLETISME OLESA

www.cao.cat

Tècnica de Llançament de Pilota Medicinal Enrere per sobre del cap



Seqüència del llançament realitzant un contra moviment (Baixada i pujada de la pilota medicinal).

