

**IV Liga Aragonesa de Pista A.L. 2016. Gran Premio IberCaja Atletismo  
7ª Jornada Liga Aragonesa. 16 Julio. Puntuación doble.  
Cto Aragón absoluto. Pistas Atletismo Zaragoza  
Estadio Corona de Aragón.**

La Federación Aragonesa de Atletismo organiza la 4ª Liga Aragonesa de Atletismo de pista AL, que consiste en la realización de siete competiciones puntuables en las diferentes pistas de atletismo de todo Aragón, y la realización de una clasificación final en función de los resultados obtenidos en cada una de ellas.

La 4ª Liga Aragonesa de atletismo pista 2016 Gran Premio IberCaja cuenta con el patrocinio de [IberCaja](#) y [Fartleck Sport](#) y la colaboración de los clubes Intec Zoiti, Grupos de Montaña Sabiñánigo, Alsina Ada Zuera, Hinaco Monzón y Simply Scorpio-71.

## REGLAMENTACION GENERAL LIGA ARAGONESA DE ATLETISMO 2016

### Requisitos

Para poder participar en la liga, se deben cumplir dos requisitos fundamentales, disponer de licencia FAA durante al menos la temporada 2015-2016 y la anterior (no válida la licencia escolar), y no haber rechazado la participación con la Selección Aragonesa de Atletismo en cualquiera de las competiciones a representar.

Se podrá participar en 2 pruebas cada jornada, puntuando solo la primera de las 2 (se especificará en la inscripción). En el campeonato de Aragón Absoluto A.L., valdrán doble las dos pruebas.

En cada jornada se planificarán diferentes pruebas de categoría júnior y absoluta, pudiendo cada club colaborador local, si así lo permite el horario, añadir otras pruebas a modo “control” que no computarán en la puntuación de la liga. El reglamento de cada jornada vendrá indicado en la web de la Federación Aragonesa de Atletismo, siendo las competiciones a realizar y las fechas previstas las siguientes:

- Estadio Corona de Aragón en Zaragoza, el 09 de abril.
- Pistas de Atletismo de Zuera, el 14 de Mayo.
- Pistas de Atletismo de Monzón, 28 de Mayo.
- Pistas de Atletismo de Sabiñánigo, el 25 de Junio.
- Pistas Atletismo Municipales de Huesca, el 02 de Julio.
- Pistas de Atletismo de Fraga (Huesca), el 09 de Julio (4ª jornada, aplazada del 12 junio).
- Pistas Atletismo (Estadio Corona de Aragón) de Zaragoza, Cpto. Aragón Absoluto, 16 julio. Esta jornada por ser el Cpto. de Aragón Absoluto puntuarán doble todas las pruebas, incluidos los Júnior.

En cada jornada habrá unas pruebas, que se indican en el cuadro inferior, que serán las que puntúen para optar a los premios de la liga.

### **Clasificaciones de la 4ª Liga Aragonesa de Atletismo. Gran Premio Ibercaja.**

En cada jornada puntuarán los 10 primeros atletas de cada sector (tabla IAAF 2011), otorgando 10 puntos al primero, 9 al segundo... haciendo clasificación tanto en categoría absoluta como júnior.

Si algún atleta puntuara en dos sectores, se dará el premio de mayor cuantía pasando el otro a la siguiente mayor puntuación. Caso de que ganara dos premios de igual cuantía, se dará el premio a la mejor puntuación por tabla IAAF 2011.

CONTROLES	PRUEBAS PUNTUABLES PARA LA LIGA ARAGONESA AL										
Sectores	VELOCIDAD (1)			SALTOS (2)		LANZAMIENTOS (3)		FONDO - ½ FONDO (4)			
1ª J Zaragoza	100	100/110v	400	PÉRTIGA	LONGITUD	JABALINA	MARTILLO	3000 Obs	5000M	800	-
2ª J Zuera	200	400v	-	ALTURA	TRIPLE	JABALINA/DISCO/PESO		3000	5000	-	1500
3ª J Monzón	100	100/110v	400	PÉRTIGA	LONGITUD	DISCO	MARTILLO	-	5000M	800	3000
4ª J Fraga	200	400v	-	ALTURA	TRIPLE	PESO	-	3000 Obs	5000	-	1500
5ª J Sabiñánigo	100	100/110v	400	PÉRTIGA	LONGITUD	JABALINA	PESO	-	5000M	800	3000
6ª J Huesca	200	400v	-	ALTURA	TRIPLE	DISCO	MARTILLO	3000 Obs	5000	-	1500
7ª J C. ARAGÓN Zaragoza	TODAS LAS PRUEBAS (PUNTUACIÓN DOBLE)										

Premios de la 4a Liga Aragonesa de Atletismo. Gran Premio IberCaja.			
Categoría	1º Clasificad@	2º Clasificad@	3º Clasificad@
<b>Absoluta</b> (de cada sector)	300€ + Trofeo + 30€ V.D.	200€ + Trofeo	100€ + Trofeo
<b>Júnior</b> (de cada sector)	Trofeo + 30€ V.D.	Trofeo + 20€ V.D.	Trofeo + 20€ V.D.
<b>Mejor Marca</b>	200€ (Tabla IAAF 2011, tanto en categoría masculina como femenina)		
Los premios se entregarán en la Gala del Atletismo Aragonés siendo requisito <b>indispensable</b> la presencia del atleta para recoger el premio.			

**INSCRIPCIÓN**

Fecha	Atletas FAA	Atletas FAA Cad-Inf	Atletas Federados otras CCAA	Tipo de Inscripción
Hasta el miércoles 13/07 (23:59h)	0€	0€	10€	<a href="#">ON LINE</a>
Hasta jueves 14/07 (23:59h)	10€	10€	15€	<a href="#">ONLINE</a>
16/07 hasta 1 hora antes de la prueba	15€	15€	20€	PRESENCIAL
Participar en una tercera prueba +2€				
La prueba puntuable para la LIGA ARAGONESA, será la primera (Vendrá indicado en la inscripción)				

- Para participar en las pruebas será imprescindible la confirmación en la instalación hasta 45 minutos antes del comienzo de la prueba en la que se vaya a participar. No se podrá participar sin realizar la citada confirmación.
- Es recomendable hacer constar al confirmar la mejor marca personal de la presente temporada 15-16 para poder realizar las series según las mismas, de no indicar marca, la organización determinará la serie en la que participe el atleta.
- La marca indicada podrá ser revisada con los archivos R.F.E.A. y en caso de ser errónea, podrá suponer la inclusión en la última serie de la prueba en la que participe.

**Cámara de llamadas:** los atletas deberán acudir a cámara de llamadas, estableciendo según la prueba el siguiente horario aproximado. 10´ para carreras y 30´ para concursos (salvo pértiga 40´). Todas las pruebas de la competición seguirán la normativa RFEA.

Los cadetes e infantiles si realizan 2 pruebas solo una podrá superar los 100 y los 80m respectivamente.

**Resultados:** se podrán ver en la página web de la Federación Aragonesa de Atletismo 48 horas después de finalizar las pruebas ([www.federacionaragonesadeatletismo.com](http://www.federacionaragonesadeatletismo.com)).

## NORMAS TÉCNICAS

**Lanzamientos y saltos (excepto pértiga y altura):** 3 intentos para todos los atletas, pasando a mejora las 8 mejores marcas con licencia aragonesa, independientemente de la categoría. En caso de no completar la misma, podrán acceder los atletas sin licencia aragonesa.

**En saltos verticales:** En caso de empate en el primer puesto, no habrá desempate en las pruebas de altura y pértiga.

### **Tablas de batida:**

Triple habrá como máximo 2 tablas las mayor pedida y la elegida por mayoría.

Longitud, 3m.

**Carreras de velocidad y vallas:** se realizarán series según marcas.

**Relevos:** se permitirá la inscripción de relevos mixtos (dos hombres y dos mujeres).

**Atletas Júnior:** están autorizados a participar en la prueba de 110m vallas (1.067) y lanzar con el peso absoluto (7.260Kg).

**Atletas Juvenil Masculino:** están autorizados a participar en la prueba de 110m vallas (1.00) y jabalina.

**Atletas Juvenil Femenino:** están autorizadas a participar en la prueba de 100m vallas (0.84) y lanzar con el peso absoluto (4Kg)

Federación Aragonesa de Atletismo

IV Liga Aragonesa de Pista A.L. 2016. Gran Premio IberCaja Atletismo 7ª Jornada Liga Aragonesa. 16 Julio Pistas Atletismo Zaragoza		
MASCULINO	HORARIO	FEMENINO
Jabalina (500-600-700-800grs.) Triple Altura	<b>17:30h</b>	Jabalina (400-500-600grs.) 400m vallas (0.762m) Pértiga
	<b>17:30h</b>	
400m vallas (0.84-0.914m)	<b>17:40h</b>	
	<b>17:50h</b>	100m
Peso (3-4-5-6-7.260kgs.)/ 100m	<b>18:00h</b>	
	<b>18:15h</b>	100m vallas (0.762-0.84m)
110m vallas (0.914-0.99-1.067)	<b>18:25h</b>	
	<b>18:30h</b>	Triple
	<b>18:40h</b>	400m
400m	<b>18:50h</b>	
Disco (800-1-1.5-1.75-2kgs.)	<b>19:00h</b>	800m Disco (800-1kgr.)
800m	<b>19:10h</b>	
Pértiga	<b>19:30h</b>	Altura
	<b>19:20h</b>	200m
200m Longitud	<b>19:30h</b>	
	<b>19:40h</b>	1500m
1500m	<b>19:50h</b>	Peso (3-4kgs.)
5000m MARCHA	<b>20:00h</b>	
	<b>20:05h</b>	3000m
Martillo (3-4-5-6-7.260kgs.) 3000m	<b>20:20h</b>	Martillo (3-4kgs.)
	<b>20:25h</b>	5000m marcha
	<b>20:30h</b>	Longitud
5000m	<b>20:35h</b>	5000m (Calle 5)
	<b>21:00h</b>	3000m Obstáculos (0.762m)
3000m Obstáculos (0.914)	<b>21:15h</b>	
4x100m	<b>22:00h</b>	
	<b>22.10h</b>	4x100m

**Cadencias de los listones control:**

<b>ALTURA</b>	<b>Hombres</b>	1.31	+10cm	1.61	+5cm	1.71	<b>1.75</b>	+4cm	1.83	<b>1.86</b>	+3cm	1.98	2.00	+2cm
	<b>Mujeres</b>	1.20	1.30	+5cm	1.50	1.54	<b>1.57</b>	<b>1.59</b>	<b>1.61</b>	+2cm				
<b>PÉRTIGA</b>	<b>Hombres</b>	2.00	+20cm	<b>3.40</b>	+20cm	3.80	+10cm	<b>4.10</b>	+10cm	<b>4.30</b>	+5cm			
	<b>Mujeres</b>	1.75	+20cm	<b>2.95</b>	+10cm	<b>3.15</b>	<b>3.20</b>	+5cm						

Los horarios son orientativos, podrán ser modificados según participación o posibles incidencias.

**Solo podrán acceder a la zona inferior los entrenadores que dispongan de titulación RFEA y al corriente de pago de la presente temporada, debiendo llevar la licencia física o DNI. Deberán estar por detrás de la valla y no podrán acceder a pista en ningún caso.**