



Consell Esportiu del Tarragonès

# TROBADA TARRAGONÈS “GAUDINT DE L’ATLETISME 2019”

*Torredembarra, 31 de març de 2019*

DATA – HORARI - SEU	PROVES	TIPUS ACTIVITAT	INSCRIPCIÓ
<b>31/03/2018</b> <b>Torredembarra</b> <b>10,00h</b>	4 proves individuals	Participativa no competitiva	- Jocs Esportius Escolars de Catalunya Tarragonès (aplicació informàtica) - Participació local assegurança escolar i altres consells esportius (full d'Excel) Data límit d'inscripció: Dijous, 28.03.19

A la trobada, que té un caire participatiu i no competitiu, es realitzaran 4 proves adaptades a les proves d'atletisme convencionals.

La jornada estarà organitzada pel CET (Consell Esportiu del Tarragonès), amb la col·laboració de l'Institut Torredembarra i del Club Atletisme Torredembarra i el suport de l'Ajuntament de Torredembarra.

### **Proves:**

Es realitzaran quatre proves competitives, s'apuntaran els temps i les distàncies assolides. Les proves s'avaluaran una única vegada i aquest serà el resultat definitiu de la prova. Tot i això, prèviament, s'hauran realitzat les diferents proves un parell de vegades per tal de poder practicar. Les proves seran distribuïdes de la següent manera:

### **4 proves individuals, per sistema de rotació:**

1. Salt de longitud des d'aturat.
2. Llançaments combinats.
3. Circuit de coordinació - habilitat.
4. Cursa de velocitat amb transport de pilotes.



**Categories:** Edats d'Educació Infantil (mini), Primària (prebenjamí, benjamí i aleví). Nascuts/des del 2007 al 2015.



**Control tècnic:** AEE Institut Torredembarra i Club Atletisme Torredembarra.

**Inscripció.** Data límit: dijous, 28 de març. Al tractar-se d'una trobada de promoció, no s'aplicarà cap cost de participació.





## Consell Esportiu del Tarragonès

1. Aquells centres que tinguin esportistes ja donats d'alta o els vulguin assegurar als Jocs Esportius Escolars per participar-hi a les competicions posteriors programades, per **l'aplicació informàtica del CET a l'activitat concreta corresponent (Trobada Gaudint de l'atletisme)**.

Recordem que la tramitació d'altres dels esportistes que estiguin donats d'alta prèviament a una altra modalitat esportiva no té cap cost.

2. Tanmateix, els centres escolars locals poden tenir la facultat de fer les inscripcions per la via de la seva pròpia **assegurança escolar** (de l'escola o de l'AMPA), amb el model d'Excel corresponent, amb el ben entès que l'activitat estigui coberta i degudament autoritzada pel centre respectiu.

Els participants d'altres comarques també formalitzaran la seva inscripció amb aquest model d'inscripció.

Trobareu el full a <http://www.cetarragones.cat/documentacio/> → Atletisme ("Full inscripció Gaudint de l'Atletisme")

### **Descripció de les proves.**

**1. Salt de longitud des d'aturat.** En aquesta prova el participant realitza un salt parat i amb els peus paral·lels des de la línia de sortida. Es mesura l'empremta més pròxima a la línia de sortida. Cada participant realitzarà dos intents. Puntuarà només el millor resultat dels dos intents de cada participant, anotant-se el salt de major distància.

**2. Llançaments combinats:** Cada participant realitzarà dos llançaments amb una pilota, la qual el pes s'adaptarà en funció de l'edat dels participants. Amb els dos braços cap enrere (dorsal) per sobre del cap. Si se sobrepassa, després de llançar, la línia des d'on es llanci es considerarà nul igual que si la trepitja a l'hora de realitzar el llançament un cop la pilota toqui el terra, des de el mateix punt el participant realitzarà un llançament de javelina des de parat. És sumarà la distància total de les dues proves realitzades i s'agafarà la millor marca dels dos intents donats.

**3. Circuit de coordinació:** Els participants sortiran des de la pista d'atletisme fent salts de mini tanques, després passaran a fer un eslàlom amb sis piques i d'allí entraran a la zona de la gespa on els esperaran unes altres tanques que hauran de passar-les per sota i finalment els esperarà uns cercles on hauran de realitzar uns multi-salts dins del cercle combinant les cames. El guanyador de la prova serà el que millor temps faci en el circuit, també cal dir que si algun participant comet algun error en alguna part de la prova se'l penalitzarà amb 3 segons extres.





Consell Esportiu del Tarragonès

4. **Cursa de velocitat amb transport de pilotes:** En un espai de 20m marcat amb 2 cons a l'inici i el final. Al con més allunyat hi hauran dues pilotes, que hauran de portar al con de l'inici, però només podran portar-les d'una en una. Es a dir, que hauran d'anar i tornar dues vegades, realitzant un total de 80m. Les pilotes seran d'un kg i es col·locaran a un con que estarà posat del revés perquè no marxin.



  
Consell Comarcal del Tarragonès

 Diputació Tarragona

 Generalitat de Catalunya

 esportcat