

CIRCULAR : 25 / 2008

DEPARTAMENT : ÀREA TÈCNICA

SORTIDA : OCTUBRE de 2008

A TOTS ELS CLUBS DE CATALUNYA

CROS

Per al vostre coneixement us adjuntem la documentació següent :

- Calendari Català de Cros temporada 2008-2009
- Organitzadors
- Normativa i Model de Reglament de Cros
- Horari Orientatiu
- Recomanacions d'organització
- Metratges màxims recomanats per la FCA/RFEA

Jordi Estruch i Valero
Gerent
(signat a l'original)

CALENDARI CATALÀ DE CROS 2008-2009

NOVEMBRE 2008

2	54è Cros de Calldetenes	Calldetenes
2	13è Cros de la Garrotxa	Olot
9	26è Cros de Sant Hilari Sacalm (Cros Curt)	Sant Hilari Sacalm
16	9è Cros Ciutat de Gavà	Gavà
16	29è Cros dels Arenys	Arenys de Mar-Arenys de Munt
16	35è Cros de Santa Coloma de Farners	Sta.Coloma de Farners
16	26è Cros de Vila-seca	Vila-seca
23	39è Cros Ciutat de Mataró	Mataró
23	3r Cros Solidari per la Salut Mental	Sant Boi de Llobregat
23	11è Cros Ciutat de Girona	Girona
30	8è Cros Vila de Salt	Salt
30	31è Cros Vila de Castellar - 20è Mem. Pere Hernandez	Castellar del Vallès

DESEMBRE 2008

7	20è Cros Ciutat de Valls - 12è Mem. Julià Celma	Valls
7	13è. Cros de Riudellots de la Selva (Cros Curt)	Riudellots de la Selva
14	42è Cros de Granollers	Granollers
14	30è Cros de Cambrils - 42è Trofeu Salceda i Castells	Cambrils
14	24è Cros de Caldes de Malavella	Caldes de Malavella
14	CAMPIONAT D'EUROPA	Bruselas (BEL)
21	4t Cros de Ventalló	Ventalló
21	4t. Cros Vila d'Ascó	Ascó

GENER 2009

11	8è Cros de Banyoles	Banyoles
11	27è Cros Vila de Ripollet	Ripollet
18	20è Cros de Vidreres (Cros Curt)	Vidreres
18	48è Sant Sebastià de Cros - Cnat.Catalunya Universitari	Sabadell
18	16è Cros Ciutat de Calella (cros escolar comarcal)	Calella
25	CNAT.CATALUNYA CROS CURT PER CLUBS (31è Cros de Rubí - Trofeu Interspor Edelweiss)	Rubí

FEBRER 2009

1	CNAT.CATALUNYA JUNIOR + VETERANS INDIVIDUAL i CLUBS (30è Cros Ciutat de Vic/Trofeu Pere Casacuberta)	Vic
1	COPA D'EUROPA DE CLUBS (homes i dones)	Estambul (TUR)
1	Cros de Cassà de la Selva	Cassà de la Selva
8	CNAT.CATALUNYA INDIVIDUAL i CLUBS ABSOLUT + Bn-AI-In-Cd-Jv-Pr (7è Cros de Canovelles)	Canovelles
14	CNAT. D'ESPANYA DE CLUBS DE VETERANS	Reus
22	29è Cros Antoni Amorós	Sta.Coloma Gramenet

MARÇ 2009

1	CNAT.D'ESPANYA COMUNITATS AUTÒNOMES-Cadet i Juvenil (CSD)	Jaén
8	CNAT.D'ESPANYA DE CLUBS DE CROS LLARG I CROS CURT	Cáceres
15	CNAT.D'ESPANYA INDIVIDUAL	Albacete
22	28è Cros Internacional de Les Valls	Sta.Coloma (ANDORRA)
28	CAMPIONAT DEL MÓN	Amman (JOR)

ORGANITZADORS

Cros de Calldetenes 02/11/2008	Club Atletisme Calldetenes-Ajuntament Pl.Onze de Setembre, s/n 08506 - CALLDETENES	Tel. 93-885.04.80 Fax. 93-885.04.80 @ : cavic@cavic.cat
Cros de la Garrotxa 02/11/2008	Club Natació Olot Av. Pere Badosa, s/n 17800 - OLOT	Tel. 972-26.20.28 Fax. 972-27.07.31 @ : administracio@cnolot.cat
Cros Sant Hilari Sacalm (curt) 09/11/2008	Consell Esportiu de la Selva Pg.Sant Salvador, 25-27 17430 - Sta.Coloma de Farners	Tel. 972-84.35.22 Fax. 972-84.08.04 @esports@selva.cat
Cros Ciutat de Gavà 16/11/2008	Club Atletisme Gavà Estadi Mpal La Bòbila 08850 - GAVÀ	Tel. 93-638.02.96 Fax. 93-638.02.96 @ : catletismegava@yahoo.es
Cros dels Arenys 16/11/2008	Penya Apa Anem-hi - Patronat Mpal.Esports Bisbe català, 14 08350 - ARENYS DE MAR	93-795.76.55 Fax. 93-795.73.46 @ : esports@arenysdemar.cat
Cros Sta. Coloma de Farners 16/11/2008	Consell Esportiu de la Selva Pg.Sant Salvador, 25-27 17430 - Sta.Coloma de Farners	Tel. 972-84.35.22 Fax. 972-84.08.04 @ : esports@selva.cat
Cros de Vila-seca 16/11/2007	Club Atletisme Vila-seca Federat, s/n 43480 - VILA-SECA	Tel. 617.29.27.58 Fax. 977-39.26.16 @crosdevilaseca@gmail.com
Cros Ciutat de Mataró 23/11/2008	Grup Atletisme Lluïsos-Mataró Bonaire, 25 - 2n 08301 - MATARÓ	Tel. 626.09.71.72 Fax. 93-757.38.47
Cros Solidari per la Salut Mental 23/11/2008	Club Atletisme Sant Boi Av.de l'Estadi, s/n 08830 - SANT BOI DE LLOBREGAT	Tel. 659.32.64.89 Fax. 93-654.30.67 @ : casboi.com@gmail.com
Cros Ciutat de Girona 23/11/2008	Consell Esportiu de la Selva Pg.Sant Salvador, 25-27 17430 - Sta.Coloma de Farners	Tel. 972-84.35.22 Fax. 972-84.08.04 @ : esports@selva.cat
Cros Vila Salt 30/11/2008	Club Atletisme Salt - Esports Parra Francesc Macià, 56 17190 - SALT	Tel. 972-24.33.04 Fax. 972-24.53.74 @ : info@esportsparra.com
Cros Vila de Castellar Mem.Pere Hernández 30/11/2008	Club Atlètic Castellar Garrotxa, s/n 08211 - CASTELLAR DEL VALLÈS	Tel. 93-714.73.54 Fax. 93-714.73.54 @ : cacastellar@yahoo.es
Cros Ciutat de Valls Memorial Julià Celma 07/12/2008	FACVAC Apartat de correus, 272 43800 - VALLS	Tel. 637.417.039 Fax. 977-60.25.82 @ : crossvalls@facvac.info
Cros Riudellots de la Selva (curt) 07/12/2008	Consell Esportiu de la Selva Pg.Sant Salvador, 25-27 17430 - Sta.Coloma de Farners	Tel. 972-84.35.22 Fax. 972-84.08.04 @ : esports@selva.cat

Cros Ciutat de Granollers 14/12/2008	Club Atlètic Granollers Camp de les Moreres, 22 08400 - GRANOLLERS	Tel. 93-870.52.83 Fax. 93-870.52.83 @cagranollers@telefonica.net
Cros de Cambrils Trofeu Salceda i Castells 14/12/2008	Club Atletisme Cambrils Foix, 16 43850 - CAMBRILS	Tel. 977-36.52.52 @pereferrando@wanadoo.es
Cros de Caldes de Malavella 14/12/2008	Consell Esportiu de la Selva-CA Lloret-La Selva Pg.Sant Salvador, 25-27 17430 - Sta.Coloma de Farners	Tel. 972-84.35.22 Fax. 972-84.08.04 @ : esports@selva.cat
Cros de Ventalló 21/12/2008	Club Atletisme Ventalló Anglès, 4 17130 - L'ESCALA	Tel. 972-79.30.66 Fax. 972-79.32.15 @ : salvi@ventallo.com
Cros Vila d'Ascó 21/12/2008	Club Atletisme Ascó Major, 9 43791- ASCÓ	Tel. 977-40.53.81 Fax : 977-40.61.10 @ : dieztort@hotmail.com
Cros de Banyoles 11/01/2009	Club Natació Banyoles Pg.Antoni Gaudí, 3 17820 - BANYOLES	Tel. 972-57.08.59 Fax. 972-57.50.17 @ : cnbanyoles@cnbanyoles.cat
Cros Vila de Ripollet 11/01/2009	Ripollet Unió Atlètica Magallanes, 22-26 (Polisportiu) 08291 - RIPOLLET	Tel. 93-691.20.13 Fax. 93-691.20.13 @ : rua@ripolletau.com
Cros de Vidreres (curt) 18/01/2009	Consell Esportiu de la Selva Pg.Sant Salvador, 25-27 17430 - Sta.Coloma de Farners	Tel. 972-84.35.22 Fax. 972-84.08.04 @ : esports@selva.cat
Cros de Sant Sebastià Cnat.Catalunya Universitari 18/01/2009	Joventut Atlètica Sabadell Apartat de correus, 439 08200 - SABADELL	Tel. 93-725.26.22 Fax. 93-727.36.63 @ : jas@atletisme.com
Cros Ciutat de Calella (cros escolar comarcal) 18/01/2009	Club Atletisme Calella Llobet Guri,s/n (zona esportiva La Muntanyeta) 08370 - CALELLA	Tel. 646857536 Fax. 93-769.02.48 @ : oficina@atletismecalella.cat
CAMPIONAT CATALUNYA CROS CURT PER CLUBS		
Cros de Rubí (Cros Curt) Trofeu Intersport Edelweiss 25/01/2009	Unió Atlètica Rubí Av.Olimpíades, s/n - pistes d'atletisme 08181 - RUBÍ	Tel. 93-588.27.62 Fax. 93-588.58.32 @ : secretaria@uar.es
CAMPIONAT CATALUNYA JUNIOR + VETERANS INDIVIDUAL i CLUBS		
Cros Ciutat de Vic 01/02/2009	Club Atlètic Vic Apartat de correus, 72 08500 - VIC	Tel. 93-885.04.80 Fax. 93-885.04.80 @ : cavic@cavic.cat
Cros de Cassà de La Selva 01/02/2009	Consell Esportiu de la Selva Pg.Sant Salvador, 25-27 17430 - Sta.Coloma de Farners	Tel. 972-84.35.22 Fax. 972-84.08.04 @ : esports@selva.cat

CAMPIONAT CATALUNYA INDIVIDUAL i CLUBS ABSOLUT + Bn-AI-In-Cd-Jv-Pr

Cros de Canovelles
08/02/2009

Club Atletisme Canovelles
Diagonal, s/n (pavelló nou)
08420 - CANOVELLES

Tel. 677.70.35.29
Fax. 93-846.76.12
@ : sae@canovelles.cat

Cros Antoni Amorós
22/02/2009

Unió Colomenca d'Atletisme
Av.Prat de la Riba, s/n
08921 - STA.COLOMA DE GRAMENET

Tel. 626.57.32.78
@ : clubuca@telefonica.net
@ : ucarvives@telefonica.net

Cros Internacional de Les Valls
22/03/2009

Club Atletisme Valls d'Andorra
Av.Salou, 22 - Estadi Comunal
AD500 - ANDORRA LA VELLA

Tel. 00.376-72.46.60
Fax. 00.376-72.23.29
@ : cava@andorra.ad

NORMATIVA I MODEL DE REGLAMENT DE CROS

- Art. 1> El Club, amb l'autorització de la Federació Catalana d'Atletisme, organitza el Cross a celebrar-se el proper diaa[assenyalar el lloc on es realitzaran les proves i el punt de concentració].
- Art. 2> Els horaris i distàncies de les curses així com un plànol del recorregut s'indiquen en full annex.
- Art. 3> Tots els atletes hauran de tenir la seva corresponent llicència tramitada per a la temporada en curs.
- Art. 4> Les inscripcions seran enviades per escrit, i en fulls separats per a cada categoria, a[indicar les dades de l'organitzador], finalitzant el termini d'admissió a les hores del dia
- El preu de la inscripció serà de 0,60 € per atleta inscrit, per tal de cobrir les despeses d'organització i jutges. L'import de la inscripció es farà efectiu en el moment de recollir el dorsal. (Aquesta quota és opcional, quedant a criteri de l'organitzador la seva aplicació).
- Art. 5> 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.
- Art. 6> A totes les curses hi haurà dues classificacions, l'una individual i l'altre per equips de quatre corredors. A les curses on participin simultàniament més d'una categoria, hi haurà classificació individual separada per cadascuna d'elles.
La classificació per equips a la categoria Cadet, Juvenil, Junior i Promesa (Femení) es farà comptant només les tres primeres classificades.
- Art. 7> Premis.
- Art. 8> Les reclamacions hauran de fer-se verbalment al Jutge Àrbitre, fins a 30 minuts després de conèixer els resultats. Aquest un cop considerades totes les proves presentades prendrà una decisió, la qual comunicarà a l'interessat. Si aquesta no li és favorable podrà reclamar al Jurat d'Apel.lació
- Les reclamacions al Jurat d'Apel.lació es faran per escrit i hauran d'acompanyar-se de 30 €, com a dipòsit, el qual serà retornat en cas que la reclamació sigui acceptada. Les decisions del Jurat d'Apel.lació seran inapel.lables. Encara que aquest pot reconsiderar les seves decisions en cas que es presentin evidències noves concloents.
- Art. 9> Les curses només podran ser suspeses en cas de que per inclemència del temps o qualsevol altre problema així ho determini el Jutge Àrbitre.
- Art. 10> Tot allò no previst en aquest reglament, serà resolt d'acord amb el Reglament de la IAAF, i la Normativa de competicions de la Federació Catalana d'Atletisme.
- Art. 11> El Club i la Federació Catalana d'Atletisme, 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.

RECOMANACIONS D'ORGANITZACIÓ

- a) Per facilitar la tasca tant d'organitzadors com de Clubs participants a les competicions de cros, feu ús del model oficial o facilitat per l'organitzador.
- b) Els organitzadors d'un cros hauran de procurar tenir els resultats de les curses tan aviat com finalitzin, per tal de poder donar informació puntual als clubs participants i als mitjans de comunicació.
- c) Per evitar problemes de burocràcia als organitzadors d'un cros, NO S'ACCEPTARAN les inscripcions d'atletes fetes el mateix dia de les proves. (Queda a criteri del Club organitzador dur a terme aquesta apreciació taxativament).
- d) No canvieu ni atorgueu dorsals, als atletes pel vostre compte, diferents dels atorgats per l'organització. Això causa un gran perjudici a l'entitat organitzadora.
- e) En aquelles curses on coincideixin més d'una categoria es recomana assignar dorsals amb alguna distinció per tal que pugui diferenciar-se, clarament, cada categoria.
- f) No tramiteu llargues inscripcions per participar als crossos i posteriorment poca presentació d'atletes a competir.
- g) L'organitzador d'un cros haurà de fer arribar els resultats a la Federació Catalana d'Atletisme al dia següent de la competició, correu electrònic (fca@fcathletisme.cat).
- h) És convenient que els clubs o entitats organitzadores utilitzin el "MODEL DE REGLAMENT" annex, adaptat a les vostres peculiaritats.
- i) És obligatori que l'organitzador de la competició disposi d'una assegurança de responsabilitat civil, o que la tramiti per aquest esdeveniment esportiu en particular.

NOTA.- La Comissió de Cros farà un informe dels diferents crossos que s'organitzin, valorant els diferents aspectes del circuit, de l'organització i de la participació.

METRATGES MÀXIMS RECOMANATS PER LA FCA/RFEA

CATEGORIA		NOVEMBRE	DESEMBRE	GENER	FEBRER	MARÇ
BENJAMÍ	(F)	(entre 800 i 1.500 m.)				
BENJAMÍ	(M)	(entre 1.000 i 2.000 m.)				
ALEVÍ	(F)	800	1.100	1.400	1.700	2.000
ALEVÍ	(M)	1.500	2.000	2.500	3.000	3.500
INFANTIL	(F)	1.100	1.400	1.700	2.000	2.500
INFANTIL	(M)	2.500	3.000	3.500	4.000	4.500
CADET	(F)	1.900	2.500	3.100	3.700	4.300
CADET	(M)	4.000	4.500	5.000	5.500	6.000
JUVENIL	(F)	3.000	3.500	4.000	4.500	5.000
JUVENIL	(M)	5.000	5.500	6.000	6.500	6.500
JÚNIOR	(F)	4.000	4.500	5.000	5.500	6.000
JÚNIOR	(M)	6.000	6.500	7.000	7.500	8.000
PROMESA	(F)	6.000	6.500	7.000	7.500	8.000
PROMESA	(M)	9.000	10.000	10.000	10.000	11.000
SENIOR	(F)	8.000	8.000	8.000	8.000	8.500
SENIOR	(M)	9.000	10.000	11.000	12.000	12.000
VETERÀ (35 anys o +)	(F)	4.000	4.500	5.000	5.500	6.000
VETERÀ (35 anys o +)	(M)	4.000	5.000	6.000	7.000	8.000

CROS CURT : Es recomana entre 3 km. i 5 km.

CIRCUITS : Els circuits hauran de tenir un mínim de 2.000 metres.
Es pot admetre una volta més petita per tal d'ajustar la distància total. Es poden autoritzar, prèvia sol.licitud de l'Organitzador, un circuit inferior als 2.000 metres, sempre que sigui aconsellable per causes tècniques. És obligatori que, amb el Reglament s'adjunti un plànol del circuit. El circuit ha de ser en la seva totalitat de gespa o terra.

AVITUALLAMENT : Tant a la sortida com a l'arribada s'ha de preveure tenir begudes i d'altres avituallaments apropiats, així com disposar d'esponges i begudes a cada 2 o 3 Km. o bé a cada volta del circuit.

PROGRAMA : El programa mínim de proves ha d'incloure les següents categories :

Sènior	Homes	Senior	Dones
Promesa	Homes	Promesa	Dones
Junior	Homes	Junior	Dones
Juvenil	Homes	Juvenil	Dones