

CIRCULAR : 19 / 2012

DEPARTAMENT : ÀREA TÈCNICA

SORTIDA : OCTUBRE de 2012

A TOTS ELS CLUBS DE CATALUNYA

CROS

Per al vostre coneixement us adjuntem la documentació següent :

- Calendari Català de Cros temporada 2012-2013
- Organitzadors
- Normativa i Model de Reglament de Cros
- Recomanacions d'organització
- Metratges màxims recomanats per la FCA/RFEA
- Participació Selecció Catalana al Cros Int. Juan Muguerza d'Elgoibar

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

CALENDARI DE CROS 2012-2013

NOVEMBRE 2012

28-oct	17è Cros d'Olot	Olot
4	58è Cros de Calldetenes	Calldetenes
4	39è Cros de Santa Coloma de Farners	Sta.Coloma de Farners
11	30è Cros de Sant Hilari Sacalm	Sant Hilari Sacalm
17	33è Cros dels Arenys	Arenys de Mar-Arenys de Munt
18	15è Cros Ciutat de Girona	Girona
25	41è Cros Antoni Amorós	Sta.Coloma Gramenet
25	35è Cros Vila de Castellar	Castellar del Vallès
25	12è Cros Vila de Salt	Salt

DESEMBRE 2012

1	2n Cros del Baix Montseny	Sant Celoni
2	13è Cros Ciutat de Gavà	Gavà
2	24è Cros Ciutat de Valls	Valls
2	8è Cros de Ventalló	Ventalló
8	18è Cros Vila de Malgrat	Malgrat de Mar
9	CAMPIONAT D'EUROPA	Budapest (HUN)
9	46è. Cros Int.Ciutat de Granollers	Granollers
16	11è. Cros de Canovelles	Canovelles
16	19è. Cros de Riudellots de la Selva	Riudellots de la Selva
16	34è Cros de Cambrils-46è Trofeu Salceda i Castells	Cambrils
23	28è Cros de Caldes de Malavella	Caldes de Malavella

GENER 2013

13	52è. Cros de Sant Sebastià	Sabadell
13	31è Cros Vila de Ripollet	Ripollet
13	3r Cros de Santa Cristina d'Aro	Santa Cristina d'Aro
20	CNAT.CAT.CROS CURT CLUBS (34è Cros Ciutat de Vic-Trofeu Pere Casacuberta)	Vic
27	CNAT.CATALUNYA INDIVIDUAL i CLUBS Abs-Pr-Jr-Jv-Cd-Inf.-Ale-Ben. (43è Cros Ciutat de Mataró)	Mataró

FEBRER 2013

3	COPA D'EUROPA DE CLUBS (homes i dones)	a designar
3	CNAT.CATALUNYA INDIVIDUAL i CLUBS Veterans (AEA Ventalló)	Ventalló
10	CNAT. D'ESPANYA DE CLUBS DE VETERANS	a designar
10	34è Cros de Rubí	Rubí
10	20è Cros Escolar "Ciutat de Calella"	Calella
17	24è Cros de Vidreres	Vidreres
24	CNAT.D'ESPANYA DE CLUBS DE CROS LLARG i CROS CURT	a designar

MARÇ 2013

10	CNAT.ESPANYA INDIVIDUAL Abs-Pr-Jr-Vet	a designar
17	32è Cros Internacional de Les Valls	Andorra
24	Campionat del Món ISF de Cros	Bydgoszcz (POL)

PENDENT DE CONFIRMACIÓ

CAMPIONAT D'ESPANYA CROS PER AUTONOMIES Cadet-Juvenil (CSD)
 CAMPIONAT D'ESPANYA CROS UNIVERSITARI (CSD)
 CNAT.DEL MON UNIVERSITARI

ORGANITZADORS

Cros d'Olot 28/10/2012	Club Natació Olot	Tel. 972-26 20 28 @ : administracio@cnolot.cat
Cros de Calldetenes 04/11/2012	Club Atletisme Calldetenes-Ajuntament	Tel. 620 26 47 89 @ : croscalldetenes@gmail.com
Cros Sta. Coloma de Farners 04/11/2012	Consell Esportiu de la Selva	Tel. 972-84 35 22 @ : esports@selva.cat
Cros Sant Hilari Sacalm 11/11/2012	Consell Esportiu de la Selva	Tel. 972-84 35 22 @esports@selva.cat
Cros dels Arenys 17/11/2012	Penya Apa Anem-hi	93-792 12 72 @ : esports@arenysdemar.cat
Cros Ciutat de Girona 18/11/2012	Consell Esportiu del Gironès / C.Atletisme Girona	Tel. 972-20.61.49 @ : cesportiu@girones.cat
Cros Antoni Amorós 25/11/2012	Unió Colomenca d'Atletisme	Tel. 654 92 16 59 @ : ucatletisme@gmail.com
Cros Vila Castellar 25/11/2012	Club Atlètic Castellar	Tel. 93-714 73 54 @ : cacastellar@yahoo.es
Cros Vila Salt Esports Parra 25/11/2012	Consell Esportiu Gironès / Club Atletisme Salt	Tel. 972-24.33.04 @ : cesportiu@girones.cat
Cros del Baix Montseny 01/12/2012	Club Atletisme Baix Montseny	629 58 43 96 @ : inscripcions@atletisme baixmontseny.cat
Cros Ciutat de Gavà 02/12/2012	Club Atletisme Gavà	Tel. 669 19 77 57 @ : cros@clubatletismegava.com
Cros Ciutat de Valls 02/12/2012	FACVAC Valls	Tel. 637 41 70 39 @ : crossvalls@facvac.info
Cros de Ventalló 02/12/2012	Associació Esportiva Ventalló	Tel. 667.06.78.53 @ : atletismeventallo@hotmail.com
Cros Vila de Malgrat 08/12/2012	Club d'Atletisme Malgrat	Tel. 667 08 32 92 @ : atletisme.malgrat@gmail.com

Cros Ciutat de Granollers 09/12/2012	Club Atlètic Granollers	Tel. 93-870.52.83 @ : cag@cagranollers.com
Cros de Canovelles 16/12/2012	Club Atletisme Canovelles	Tel. 677 70 35 29 @ : aguillen@canovelles.cat
Cros Riudellots de la Selva 16/12/2012	Consell Esportiu de la Selva	Tel. 972-84 35 22 @ : esports@selva.cat
Cros de Cambrils 16/12/2012	Club Atletisme Cambrils	Tel. 977-36 52 52 @pereferrando@wanadoo.es
Cros de Caldes de Malavella 23/12/2012	Consell Esportiu de la Selva-CA Lloret-La Selva	Tel. 972-84 35 22 @ : esports@selva.cat
Cros de Sant Sebastià 13/01/2013	Joventut Atlètica Sabadell	Tel. 619 79 45 81 @ : joventutatleticasabadell@gmail.com
Cros Vila de Ripollet 13/01/2013	Ripollet Unió Atlètica	Tel. 93-691 20 13 @ : rua@ripolletua.com
Cros de Santa Cristina d'Aro 13/01/2013	AA Palamós Calonge S.Antoni	Tel. 696 12 70 39 @ : jaumequintana79@gmail.com

CAMPIONAT CATALUNYA CROS CURT CLUBS

Cros Ciutat de Vic 20/01/2013	Club Atlètic Vic	Tel. 93-885 04 80 @ : cavic@cavic.cat
--	-------------------------	--

CAMPIONAT CATALUNYA INDIVIDUAL i CLUBS ABSOLUT-PROMESA-JUNIOR-JUVENILCADET-INFANTIL-ALEVÍ-BENJAMÍ

Cros Ciutat de Mataró 27/01/2013	Grup Atletisme Lluïsos-Mataró	Tel. 615 51 14 48 @ : galluisos@galluisos.cat
---	--------------------------------------	--

CAMPIONAT CATALUNYA INDIVIDUAL i CLUBS VETERANS

Ventalló 03/02/2013	Associació Esportiva Atletisme Ventalló	Tel. 667 06 787 53 @ : atletismeventallo@gmail.com
--------------------------------	--	---

Cros de Rubí 10/02/2013	Unió Atlètica Rubí	Tel.93-588 27 62 @ : secretaria@uar.es
----------------------------	--------------------	---

Cros Escolar Ciutat de Calella 10/02/2013	Club Atletisme Calella	Tel. 93-769 02 48 @ : oficina@atletismecalella.cat
--	------------------------	---

Cros de Vidreres 17/02/2013	Consell Esportiu de la Selva	Tel. 972-84 35 22 @ : esports@selva.cat
--------------------------------	------------------------------	--

Cros Internacional de Les Valls 17/03/2013	Club Atletisme Valls d'Andorra	Tel. 00.376-72 46 60 @ : 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 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 50 €, 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.

Vist i plau de la Federació

Signat pel Club

RECOMANACIONS D'ORGANITZACIÓ

- a) Per facilitar la tasca tant d'organitzadors com de Clubs participants a les competicions de cros, feu ús del model 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 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) Es podran fer curses simultànies sempre que el circuit ho permeti i l'organització estigui preparada per fer-ho.
- 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) Les inscripcions hauran de ser el més reals possibles per tal d'evitar fer feina inútil a l'organitzador.
- g) L'organitzador d'un cros haurà de fer arribar els resultats de la competició a la Federació Catalana d'Atletisme, per correu electrònic (fca@fcatalletisme.cat), no més tard del dia següent.
- 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.
- j) L'organitzador haurà de disposar de servei mèdic i ambulància el dia de la competició.

METRATGES MÀXIMS RECOMANATS PER LA FCA/RFEA

<u>CATEGORIA</u>		<u>NOVEMBRE</u>	<u>DESEMBRE</u>	<u>GENER</u>	<u>FEBRER</u>	<u>MARÇ</u>
BENJAMÍ	(F)	(entre 1.000 i 2.000 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	4.000
CADET	(M)	4.000	4.500	5.000	5.500	6.000
JUVENIL	(F)	3.000	3.500	4.000	4.000	4.000
JUVENIL	(M)	5.000	5.500	6.000	6.000	6.000
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. 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.

PARTICIPACIÓ SELECCIÓ CATALANA JÚNIOR-JUVENIL I CADET AL CROS INTERNACIONAL JUAN MUGUERZA D'ELGOIBAR

A proposta de la Comissió de Cros de la FCA, el dia 13 de gener de 2013 la selecció catalana de les categories júnior, juvenil i cadet participarà en el 70è Cros Internacional Juan Muguerza d'Elgoibar.

La selecció, que estarà formada per 7 atletes de cada categoria, es farà tenint en compte els resultats dels següents crossos del calendari català:

4 novembre	Cros de Santa Coloma de Farners
18 novembre	Cros de Girona
2 desembre	Cros de Gavà
9 desembre	Cros de Granollers
23 desembre	Cros de Caldes de Malavella

La classificació es farà separada per a cada categoria atorgant 15 punts al primer atleta classificat, 14 al segon, etc. i seran seleccionats els 7 atletes que obtinguin la puntuació més alta de la suma total de quatre crossos d'aquests 5 puntuables.

A la categoria júnior s'aplicarà el mateix criteri de selecció d'atletes estrangers que per al Campionat d'Espanya de Cros, és a dir, podran participar els 2 millors estrangers sempre que es classifiquin entre els 7 primers de la puntuació de la categoria júnior.