

  
**Liga Palmareña**  
de Atletismo 2015

Festival de  
Lanzamientos



# Manual Técnico

Organiza:



Avalado por:



Patrocinan:





# Liga Palmareña Manual Técnico

de Atletismo 2015

**Artículo 1:** El Festival de lanzamientos corresponde a la segunda fecha de la Liga Palmareña de Atletismo 2015, y se llevará a cabo en las instalaciones del Polideportivo de Palmares, a partir de las 8:00 a.m.

**Artículo 2:** Para la inscripción en el evento, tanto la Asociación como los atletas participantes, deben estar al día con sus obligaciones con la FECOA.

**Artículo 3:** El costo de la inscripción por atleta será de \$3000, e incluye: participación en 3 pruebas individuales, almuerzo; medalla a los tres primeros lugares de cada prueba.

**Artículo 4:** Se les dará almuerzo a todos los atletas inscritos correctamente

**Artículo 5:** Número de almuerzos extras por asociación para entrenadores y asistentes:

Números de Atletas	Número de almuerzos
15 atletas	2 almuerzos
30 atletas	3 almuerzos
50 atletas	4 almuerzos
Más de 70 atletas	5 almuerzos

**Artículo 6:** Las inscripciones se abrirán a partir del jueves 5 de marzo del 2015. La **fecha límite** para hacer las inscripciones será el **jueves 19 de marzo** del 2015 a las **doce medio día**. **Luego de eso no se reciben más inscripciones.**

**Artículo 7:** La persona encargada de mandar la planilla deberá recibir un **correo de confirmación** de recibido antes del **viernes 20 de marzo a medio día**, el cual deberá imprimir y llevar en caso de alguna eventualidad en el día del evento. De lo contrario, la Asociación de Atletismo de Palmares **NO se hará responsable.**

**Artículo 8:** Se deberá enviar la respectiva planilla al correo [jghidalgor@hotmail.com](mailto:jghidalgor@hotmail.com), junto con el comprobante de pago antes de la fecha estipulada en el artículo 6. En caso de que falte el comprobante de pago, no se inscribirá a ninguno de los atletas que vengan en esa planilla.





# Liga Palmareña Manual Técnico

de Atletismo 2015

**Artículo 9:** La cuenta bancaria para hacer los depósitos de las inscripciones es:  
Cuenta corriente: 200-01-129-072647-2

Cuenta cliente: 1511-29200-1072-6479 / Cédula jurídica: 3-002-523642

Correspondientes a la cuenta de la Asociación de Atletismo de Palmares en el BANCO NACIONAL

**Artículo 10:** Las competencias se regirán bajo el reglamento de la Federación Costarricense de Atletismo y de la IAAF. El jueceo estará a cargo de jueces avalados por la FECOA.

**Artículo 11:** Las pruebas a realizarse con sus respectivas categorías y pesos son las siguientes:

HORA	PRUEBA	Categoría	PESO	PRUEBA	Categoría	PESO
08:00 a.m.	L. Jabalina MASC	JUVENIL A, MAYOR y MASTER	800GR	Impulsión de la Bala FEM	JUVENIL A, MAYOR y MASTER	4KG
	L. Jabalina MASC	JUVENIL B	700GR	Impulsión de la Bala FEM	JUVENIL B	4KG
	L. Jabalina MASC	JUVENIL C	600GR	Impulsión de la Bala FEM	JUVENIL C	3KG
	Impulsión de la Bala MASC	JUVENIL A, MAYOR y MASTER	7,2KG	L. Jabalina FEM	JUVENIL A, MAYOR y MASTER	600GR
	Impulsión de la Bala MASC	JUVENIL B	5KG	L. Jabalina FEM	JUVENIL B	600GR
	Impulsión de la Bala MASC	JUVENIL C	3KG	L. Jabalina FEM	JUVENIL C	500GR
	L. Martillo MASC	JUVENIL A, MAYOR y MASTER	7,2KG	L. Disco FEM	JUVENIL A, MAYOR y MASTER	1KG
	L. Martillo MASC	JUVENIL B	5KG	L. Disco FEM	JUVENIL B	1KG
	L. Martillo MASC	JUVENIL C	4KG	L. Disco FEM	JUVENIL C	1KG
	L. Disco MASC	JUVENIL A, MAYOR y MASTER	2KG	L. Martillo FEM	JUVENIL A, MAYOR y MASTER	4KG
	L. Disco MASC	JUVENIL B	1,5KG	L. Martillo FEM	JUVENIL B	4KG
	L. Disco MASC	JUVENIL C	1KG	L. Martillo FEM	JUVENIL C	3KG

Categoría	Año de nacimiento
MASTER	Nacidos en 1975 o antes
JUVENIL A y MAYOR	Nacidos en 1997 o antes
JUVENIL B	1998 - 1999
JUVENIL C	2000 - 2001

Habrà premiación para los tres primeros lugares de cada una de las cuatro categorías





# Liga Palmareña de Atletismo 2015 Manual Técnico

**Artículo 12:** La segunda fecha de la Liga Palmareña de Atletismo asignará puntos para cada asociación participante de la siguiente manera:

12.1 Por cantidad de atletas inscritos por asociación:

Cantidad de atletas	Puntos
De 1 a 4	3 puntos
De 5 a 9	5 puntos
De 10 a 15	8 puntos
De 16 a 20	12 puntos
De 21 a 30	20 puntos
De 31 a 45	30 puntos
Más de 46 atletas	45 puntos

12.2 Por medalla obtenida:

Medalla	Puntos
BRONCE	6 puntos
PLATA	8 puntos
ORO	10 puntos

12.3 Atleta con marca mejor técnica en masculino y femenino: 30 puntos

Se seleccionará por medio de la tabla de puntajes de la IAAF 2014; también se elegirá al mejor atleta juvenil C en masculino y femenino, el cual le dará 30 puntos a su respectivo equipo

**Artículo 13:** Las inscripciones se deberán hacer en la **planilla oficial del festival (en EXCEL)**, no se recibirán planillas en Office Word

**Artículo 14:** Se debe de hacer una planilla por categoría

**Artículo 15:** Cualquier consulta la pueden hacer a los teléfonos:

Hugo Vargas Pacheco: 8873-5046

Juan Gabriel Hidalgo: 8701-5733

