



PRUEBAS DE ATLETISMO

– JORNADA II –

PRUEBAS SEGUNDA JORNADA: SALTO DE LONGITUD, MEDIO FONDO CON OBSTÁCULOS Y GRAND PRIX.

Los escolares podrán participar en **una** o **dos** pruebas, según las siguientes opciones:

- Participación en una prueba: a elegir entre Salto de Longitud, Medio fondo con obstáculos o Grand Prix.
- Participación en dos pruebas:
 - Grand Prix
 - Una prueba a elegir entre Salto de Longitud y Medio fondo.

PRUEBA: SALTO DE LONGITUD.

Lugar: zona foso de arena Polideportivo Municipal “El Palmeral”.

Descripción: prueba que consiste en saltar la mayor distancia posible desde un punto determinado; el saltador corre unos metros, se impulsa con un solo pie y cae en el foso de arena.

Se realizarán dos/tres intentos por participante, según inscripción y en base a decisión de la organización para garantizar el desarrollo de la jornada. Se anotará el salto de mayor distancia.



PRUEBA: MEDIO FONDO CON OBSTÁCULOS.

Lugar: pista de atletismo Polideportivo Municipal “El Palmeral”.

Descripción: carrera cronometrada con cuatro postas de obstáculos, sobre una distancia de 250 metros (óvalo de atletismo) que habrá que recorrer 1, 2 o 3 veces, según categoría. Se anotará el tiempo invertido por cada participante. Sólo se realizará un intento por participante.

MEDIO FONDO CON OBSTÁCULOS	
CATEGORÍA	DISTANCIA
Cadete	750 m. (3 vueltas)
Infantil	750 m. (3 vueltas)
Alevín	500 m. (2 vueltas)
Benjamín	500 m. (2 vueltas)
Prebenjamín	250 m. (1 vuelta)



PRUEBA: GRAND PRIX.

Lugar: Polideportivo Municipal “El Palmeral”

- **Categorías cadete e infantil:** pista número 5.
- **Categoría alevín:** pista número 1.
- **Categorías benjamín y prebenjamín:** pista de minibasket.
- **Salida:** al pitido de inicio de la prueba, cada participante debe realizar 10 saltos laterales, previos al inicio del circuito.

Descripción para las categorías cadete e infantil: carrera con obstáculos y habilidades, sobre un circuito preparado en la pista número 2. Participa un deportista, dando cada una vuelta al circuito preparado para esta prueba. Todos pasan por el mismo lugar en cada obstáculo.

Descripción para la categoría alevín: carrera con obstáculos y habilidades, sobre un circuito de 28x15 metros aproximadamente. Participan dos deportistas al mismo tiempo (con dos zonas de salida y meta), dando cada uno de ellos una vuelta al circuito preparado para esta prueba. Todos pasan por el mismo lugar en cada obstáculo.

Descripción para las categorías prebenjamín y benjamín: carrera con obstáculos y habilidades, sobre un circuito de 22x12 metros aproximadamente. Participan dos deportistas al mismo tiempo (con dos zonas de salida y meta), dando cada uno de ellos una vuelta al circuito preparado para esta prueba. Todos pasan por el mismo lugar en cada obstáculo.

GRAND PRIX	
CATEGORÍA	LUGAR
Cadete	Pista nº 5
Infantil	Pista nº 5
Alevín	Pista nº 1
Benjamín	Pista minibasket
Prebenjamín	Pista minibasket

