# JEEC 19-20

# 2A JORNADA COMARCAL DE CROS

## DISSABTE 18 de GENER DE 2020

## Pineda annexa Camp de Futbol - BEGUR

**INSCRIPCIONS:**

**El mateix dia de la prova: 4 euros (2e inscripció + 2e assegurança)**

**Inscripció a les 6 jornades: 19 euros (9€ inscripció + 10€ assegurança anual)**

**RECOLLIDA DE DORSALS: A partir de les 9:30h** **INICI CURSES: A les 10:30h**

---

**Organitza:**

Consell Esportiu del Baix Empordà

FUNDACIÓ ESPORTIVA BEGUR

**Amb la col·laboració de:**

Obra Social "la Caixa" · Aneto 100% Natural · Frit Ravich · Darnés grup · Llet Nostra · Cola Cao · Nocilla · giropoma Costa Brava · Oxford · Elba · Unilux · Hamelin Brands

**Amb el suport de:**

Consells Esportius de Catalunya Agrupació Territorial de Girona · Generalitat de Catalunya · esportcat · Diputació de Girona · Consell Comarcal del Baix Empordà

Patrocinador Oficial

INTERSPORT PLATJA D'ARO

**JOCS ESPORTIUS ESCOLARS DE CATALUNYA**
**CIRCUIT COMARCAL DE CROS - CURS 19-20**

**ORGANITZACIÓ:** El Consell Esportiu del Baix Empordà en col·laboració amb L'Ajuntament de Begur, organitza la 2a jornada del Circuit Comarcal de Cros Escolar 2019-2020.

**LLOC:** Pineda Annexa al Camp de Futbol de Begur – 17255.

**PARTICIPACIÓ:** La participació és lliure. Tots els participants hauran d'estar en possessió de la corresponent llicència esportiva dels JEEC tramitada a través del seu Consell Esportiu d'origen.
Les llicències s'hauran de lliurar a l'organització abans de cada competició.
En cas de no tenir-ne, es farà obligatòriament en el moment de fer la inscripció el mateix dia de la prova.

**INSCRIPCIONS:** Com en la resta d'esports del CEBE, les inscripcions cal tramitar-les per internet mitjançant l' aplicatiu de llicències del Consell: http://zenit.ucec.cat
Per poder fer-ne ús, cada entitat tindrà un nom d'usuari i una paraula de pas. Les entitats que no en tinguin hauran de demanar aquestes dades al CEBE un cop facin efectiva la inscripció d'entitat.
DATA LIMIT D'INSCRIPCIÓ, DIVENDRES DE LA SETMANA ANTERIOR A CADA CROS

Els esportistes inscrits directament sense passar pels seus centres, podran inscriure's el mateix dia de la prova, dirigint-se a la taula d'organització 30 minuts abans de l'inici de la cursa.
Qualsevol dubte o consulta: esports@baixemporda.cat
La documentació necessària per tal de formalitzar la inscripció (el dia de la cursa) serà els noms, cognoms, edat, entitat/escola a la qual pertany i nº targeta sanitària.
Les inscripcions i el lliurament de dorsal es realitzarà mitja hora abans del començament de la prova i NO es mantindrà el dorsal en les altres proves.

**QUOTA:**
Inscripció: **INCLOU PARTICIPACIÓ A LES SIS JORNADES DE CROS**
Quota d'inscripció a les 6 jornades = 19€ (Inscripció= 9€ + assegurança obligatòria anual= 10€)
Les inscripcions el mateix dia de la prova:
Quota d'inscripció= 4€ (Inscripció= 2€ + assegurança de dia= 2€)

**HORARIS I DISTÀNCIES**
**Aquestes distències poden variar en funció del desnivell del terreny.**

| | CATEGORIES | DISTÀNCIA | HORA |
|---|---|---|---|
| **9:30 A 10:00H: RECOLLIDA DE DORSALS** | | | |
| **10:30 H** | Juvenil/Cadet Masculí (2002-2003) (2004-2005) | **3.000 m.** | 3 GRANS |
| **10:50 H** | Juvenil / Cadet / Infantil Femení (2002-2003) (2004-2005)(2006-2007) | **1.500 m.** | 1 GRAN + 1 PETITA |
| **11:00 H** | Infantil Masculí (2006-2007) | **2.000 m.** | 2 GRANS |
| **11:15 H** | Aleví Femení (2008-2009) | **1.350 m.** | 1 GRANS + 1 PETITA(*) |
| **11:25 H** | Aleví Masculí (2008-2009) | **1.500 m.** | 1 GRAN + 1 PETITA |
| **11:35 H** | Benjamí Femení (2010-2011) | **1.000 m.** | 1 GRAN |
| **11:45 H** | Benjamí Masculí (2010-2011) | **1.000 m.** | 1 GRAN |
| **11:55 H** | Prebenjamí Femení (20112-2013) | **1.000 m.** | 1 GRAN |
| **12:10 H** | Prebenjamí Masculí (2012-2013) | **1.000 m.** | 1 GRAN |
| **12:25 H** | Escoleta Femení i Masculí (2014-2015) | **500 m.** | 1 PETITA |
| 12:35H | Entrega de guardons als primers classificats | | |

Plaça Joan Carreras i Dagas, núm.4 bxs · 17100 La Bisbal d'Empordà
Tel. 972 64 32 07 · Fax 972 64 26 52
a/e: esports@baixemporda.cat
web: www.baixemporda.cat/esports

Amb el suport de
Generalitat de Catalunya
esportcat

## ENTREGA DE PREMIS:

A cada jornada de cros els esportistes rebran medalla els tres primers classificats de cada categoria i sexe. Es donarà un obsequi (beguda, poma...) a tots els participants.
Les classificacions i els resultats es faran arribar per correu electrònic als centres participants i es penjaran a la pàgina web del Consell Esportiu del Baix Empordà (www.baixemporda.cat/esports)

## SISTEMA DE PUNTUACIÓ:

Es premiarà per categoria i sexe.
La puntuació serà la següent: 16 punts al 1r classificat, 15 al 2n, 14 al 3r, 13 al 4t i així successivament fins als 16 primers de cada cursa. A partir de lloc 16 inclòs, cada atleta participant tindrà 1 punt per cada cursa acabada.
Hi haurà una classificació global sumant els punts de cada jornada:

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| **1r**: | 16 punts | **2n**: | 15 punts | **3r**: | 14 punts |
| **4t**: | 13 punts | **5è**: | 12 punts | **6è**: | 11 punts |
| **7è**: | 10 punts | **8è**: | 9 punts | **9è**: | 8 punts |
| **10è**: | 7 punts | **11è**: | 6 punts | **12è**: | 5 punts |
| **13è**: | 4 punts | **14è**: | 3 punts | **15è**: | 2 punts |
| **16è +**: | 1 punt | | | | |

## ACCÉS I EQUIPACIONS:

Durant cada una de les proves està totalment prohibit escalfar al circuit de competició i davant les línies de sortides i arribades dels atletes. Aquesta violació de la normativa pot suposar la desqualificació de l'atleta per la prova.
És totalment obligatori que els participants portin el dorsal al moment de la cursa i que aquest sigui visible.

## RECOMANACIONS:

- Cal presentar-se a la zona de cros 30 minuts abans de l'inici de la pròpia prova, per així tenir temps a recollir el dorsal i escalfar.
- És important fer un escalfament abans d'iniciar la prova, que consistirà en córrer a poc a poc de 3 a 10 minuts (segons l'edat i el costum) i fer exercicis d'estiraments.
- Cal portar roba còmode per córrer i calçat adequat.
- Recomanem fer un esmorzar a casa, 2 hores abans d'iniciar la cursa, basat en cereals, fruita i/o fruits secs. També aconsellem portar un segon esmorzar per a mig matí, un cop acabada la cursa.
- Cal anar bevent aigua amb moderació durant tot el matí.
- Per a un bon funcionament de les matinals cal seguir les orientacions sol·licitades des de megafonia.

## TRANSPORT:

El 40% del cost del transport de les jornades que es realitzin serà assumit pel CEBE i el 60% restant serà assumit per les entitats participants durant la temporada 2019-2020, sempre que es facin les inscripcions des del centre escolar o entitat.

## RECLAMACIONS:

Les reclamacions hauran de fer-se al Consell esportiu del Baix Empordà fins a un màxim de 48 hores després de la realització de la prova.
Els Consell Esportiu organitzador pot modificar discrecionalment aquesta Normativa pel propi bé dels participants i del desenvolupament de les jornades, i serà el responsable de decidir sobre les qüestions organitzatives o de competició que no estiguin contemplades en aquesta normativa general.

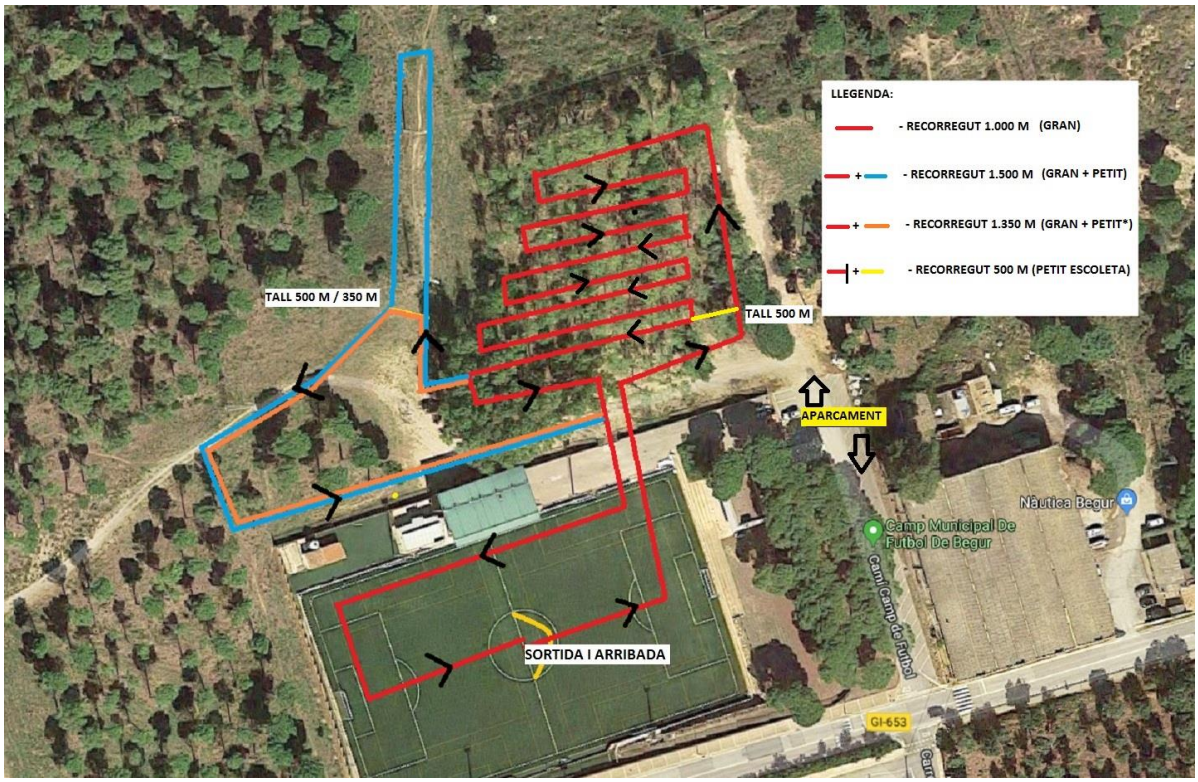
## ORGANITZADORS:

Les entitats organitzadores podran realitzar els canvis que tècnicament siguin necessaris en els horaris o en l'ordre de les proves si les circumstàncies així ho aconsellessin o obliguessin.
Les curses només podran ser suspeses per inclemències del temps, quan així ho determini el responsable de l'entitat organitzadora, el veredicte del qual serà inapel·lable.
**Tot allò no previst en aquesta normativa tècnica serà resolt d'acord amb la normativa de funcionament dels Jocs Esportius Escolars de Catalunya, les quals es sotmeten les entitats organitzadores, de competició, participants i àrbitres/jutges, acceptant-les com a bones.**

Plaça Joan Carreras i Dagas, núm.4 bxs · 17100 La Bisbal d'Empordà
Tel. 972 64 32 07 · Fax 972 64 26 52
a/e: esports@baixemporda.cat
web: www.baixemporda.cat/esports

Amb el suport de
Generalitat de Catalunya
esportcat

## MAPA DEL CIRCUIT




Plaça Joan Carreras i Dagas, núm.4 bxs · 17100 La Bisbal d'Empordà
Tel. 972 64 32 07 · Fax 972 64 26 52
a/e: esports@baixemporda.cat
web: www.baixemporda.cat/esports

Amb el suport de
Generalitat de Catalunya
esportcat