

B Benjaminak
 A Alebinak
 I Infantilak
 K Kadeteak

M Mutilak
 N Neskak

Atletismoa Krosa



Araudiaraen egokitzapenak

1. PROBAK

	Krosa			
Kategoriak	B	A)	I	K
Distantzia gomendatuak	800 metro kontrolatuak	G.1300/3000 E.1300/2500 Mailakatuta	G.2000/4000 E.1600/3000 Mailakatuta	G.3200/4500 E.2000/3200 Mailakatuta

2. TALDEEN OSAERA

	Krosa			
Kategoriak	B	A	I	K
Taldekideak	Gutxienez 4 Gehienekoa mugarik gabe	Gutxienez 4 Gehienekoa mugarik gabe	Gutxienez 4 Gehienekoa mugarik gabe	Gutxienez 4 Gehienekoa mugarik gabe

3. PUNTUAKETA

	Krosa			
Kategoriak	B	A	I	K
Taldeka	4 hoberenen puntuaketen batuera			
Enpate	Azken puntuatzen duenaren puntuen arabera			

4. ARAU TEKNIKOAK

	Krosa			
Kategoriak	B	A	I	K
Mugak (*) Proba herrikoietan ere bai	kros 1/urteko	6 kros/urteko (*) Hiru asteburu jarraian ez. Asteburu berean krosa eta pistako iraupenen lasterketa ez	7 kros/urteko (*) Hiru asteburu jarraian ez. Asteburu berean krosa eta pistako iraupenen lasterketa ez	Mugarik gabe. Hiru asteburu jarraian ez. Asteburu berean krosa eta pistako iraupenen lasterketa ez