

B Benjamines
 A Alevines
 I Infantiles
 C Cadetes
 M Masculino
 F Femenino

Atletismo Cros

ADECUACIONES AL REGLAMENTO



1. PRUEBAS

	Cros			
Categorías	B	A	I	C
Distancias recomendadas	800 metros controlados	M.1300/3000 F.1300/2500 progresivos	M.2000/4000 F.1600/3000 progresivos	M.3200/4500 F.2000/3200 progresivos

2. COMPOSICIÓN DE EQUIPOS

	Cros			
Categorías	B	A	I	C
Componentes de los equipos	Mínimo 4 Máximo ilimitado	Mínimo 4 Máximo ilimitado	Mínimo 4 Máximo ilimitado	Mínimo 4 Máximo ilimitado

3. SISTEMA DE PUNTUACIÓN

	Cros			
Categorías	B	A	I	C
Puntuación por equipos	Suma de los 4 mejores	Suma de los 4 mejores	Suma de los 4 mejores	Suma de los 4 mejores
Empate	Según puntos del último que puntúa	Según puntos del último que puntúa	Según puntos del último que puntúa	Según puntos del último que puntúa

4. REGLAS TECNICAS

	Cros			
Categorías	B	A	I	C
Restricciones (*) incluidas pruebas populares	1 cros/año	6 croses/año (*) No 3 fines de semana seguidos No cros + fondo en pista mismo fin de semana	7 croses/año (*) No 3 fines de semana seguidos No cros + fondo en pista mismo fin de semana	Sin restricción No 3 fines de semana seguidos No cros + fondo en pista mismo fin de semana