

ESCOLA DE ATLETISMO – LUCUS CAIXA RURAL GALEGA

– Calendario provisional de competicións para a Tempada 2023/24 –

Neste documento preséntanse as competicións máis destacadas nas que adoita participa a Escola de Atletismo ao longo da tempada de Pista Curta/Cuberta (PC) e pista ao Aire Libre (AL), así como un **calendario provisional coas datas** nas que teñen lugar. En canto vaian actualizando a información, xa vos iremos confirmando durante o curso, pero é para que teñades unha idea xeral das actividades da tempada. Achégase tamén ao final do documento o **PROTOCOLO DE ACTUACIÓN en caso de accidente deportivo**, para o voso coñecemento e interese.

Resumo das principais competicións

Xunta de Galicia – XOGADE Competición escolar e federada	Federación Galega de Atletismo (FGA) Competición federada
CAMPO A TRAVÉS (CT) Teñen lugar na tempada de pista curta (PC). Polo xeral, dispútanse unha xornada Preparatoria, unha Clasificatoria, o Campionato Provincial e o Campionato de Galicia.	CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBS Polo xeral, celébrase unha competición en pista curta e outra en pista ao aire libre. É unha competición por equipos na que participan os clubs con mellores marcas de Galicia, de aí a importancia de competir nos controis ao longo da tempada. Asígnase un atleta por proba e cada club trata de sumar os máximos puntos posibles.
ATLETISMO EN PISTA Teñen lugar na tempada de pista en aire libre (AL). Polo xeral, dispútanse dúas xornadas clasificatorias, o Campionato Provincial e de Probas Combinadas e o Campionato de Galicia.	CAMPIONATO DE GALICIA INDIVIDUAL Polo xeral, celébrase unha competición en pista curta e outra en pista ao aire libre. É unha competición individual na que participan os/as atletas que obteñan as marcas mínimas esixidas pola Federación en cada proba ou se atopen entre os mellores postos do ranking galego.
	OUTRAS (competicións, controis, etc.) Teñen lugar tanto en PC como en AL. Organízanse desde as distintas delegacións provinciais ou desde os propios clubs de atletismo. Algúns exemplos son: Copa Deputación de Lugo, Control Delegación Lugo e outras provincias, Trofeo ABANCA Inverno de Menores, etc.

Calendario provisional de competicións para a Tempada 2023/24

Para as categorías SUB10, SUB12 e SUB14 (2016 a 2011).

Para a SUB8 (2018-2017) pode haber algunha proba, pero, polo xeral, adoita ser non competitiva.

	L	M	Mé	X	V	S	D	[Actualizado a 16 de xuño de 2024]
SETEMBRO					1	2	3	
	4	5	6	7	8	9	10	
	11	12	13	14	15	16	17	
	18	19	20	21	22	23	24	19/nov – INICIO Escola Atletismo Lucus TEMPADA 2023/24
	25	26	27	28	29	30	1	
OUTUBRO	2	3	4	5	6	7	8	
	9	10	11	12	13	14	15	
	16	17	18	19	20	21	22	
	23	24	25	26	27	28	29	29/out – Preparatoria Campo a Través XOGADE (individual) – Lugo
	30	31	1	2	3	4	5	
NOVEMBRO	6	7	8	9	10	11	12	
	13	14	15	16	17	18	19	
	20	21	22	23	24	25	26	26/nov – Clasificatoria Campo a Través XOGADE (individual e equipos) – Lugo 26/nov – Campionato de Galicia Marcha en Pista (SUB10/12/14) – A Pobra
	27	28	29	30	1	2	3	3/dec – Trofeo Inverno de Menores ABANCA (equipos) - Ourense
DECEMBRO	4	5	6	7	8	9	10	
	11	12	13	14	15	16	17	16/dec – C. Provincial Campo a Través XOGADE (indiv./equip.) – Cangas de Foz
	18	19	20	21	22	23	24	VACACIÓNS DE NADAL
	25	26	27	28	29	30	31	
XANEIRO	1	2	3	4	5	6	7	
	8	9	10	11	12	13	14	13/xan – C. de Galicia Campo a Través XOGADE (SUB12/14) – Ribadavia
	15	16	17	18	19	20	21	20/xan – C. de Galicia Campo a Través Menores (SUB10/12/14) – A Rúa
	22	23	24	25	26	27	28	
	29	30	31	1	2	3	4	4/feb – Campionato de Galicia Marcha en Ruta (SUB10/12/14) – A Pobra
FEBREIRO	5	6	7	8	9	10	11	
	12	13	14	15	16	17	18	ENTROIDO
	19	20	21	22	23	24	25	24/feb – Copa Deputación de Lugo Categorías SUB10/12/14
	26	27	28	29	1	2	3	
MARZO	4	5	6	7	8	9	10	9/mar – Campionato X. Galicia SUB14 Individual en Pista Curta – Ourense 10/mar – Campionato X. Galicia SUB10/12 Individual en Pista Curta – A Coruña
	11	12	13	14	15	16	17	17/mar – I Xornada Atletismo en pista XOGADE (A) – Lugo
	18	19	20	21	22	23	24	
	25	26	27	28	29	30	31	SEMANA SANTA
	1	2	3	4	5	6	7	7/abr – II Xornada Atletismo en pista XOGADE (B) – Lugo
ABRIL	8	9	10	11	12	13	14	14/abr – III Xornada Atletismo en pista XOGADE (A) – Lugo
	15	16	17	18	19	20	21	
	22	23	24	25	26	27	28	28/abr – IV Xornada Atletismo en pista XOGADE (B) – Lugo
	29	30	1	2	3	4	5	

MAIO	6	7	8	9	10	11	12	17/maio – Campionato X. Galicia Clubs SUB10/12 en Aire Libre (equipos) – O Barco de Valdeorras
	13	14	15	16	17	18	19	
20	21	22	23	24	25	26	2/ xuñ – Campionato Provincial Atletismo en pista XOGADE – Lugo	
27	28	29	30	31	1	2		
XUÑO	3	4	5	6	7	8	9	8/xuñ – Campionato X. Galicia SUB10/12 en Aire Libre (individual) – A Coruña
	10	11	12	13	14	15	16	21/xuñ – ÚLTIMO DÍA Escola Atletismo Lucus TEMPADA 2023/24
	17	18	19	20	21	22	23	
	24	25	26	27	28	29	30	23/xuñ - Campionato X. Galicia SUB14 en Aire Libre (individual) – Lugo
								25-28/xuñ – Adestramentos categoría SUB14 (atletas convocados/as para os equipos que compitan no C. X. Galicia Clubs SUB14 en AL)
							29/xuñ – Campionato X. Galicia Clubs SUB14 en Aire Libre (equipos) – Ferrol	

As **datas en verde** son probas confirmadas pola Federación Galega de Atletismo, Xunta de Galicia, organización da proba, etc.

As **datas en amarelo** están pendentes de confirmación. Máis información na seguinte táboa.

As **datas en vermello** son festivos, vacacións, períodos non lectivos, etc.

Modificacións na data e/ou competición.

INSCRICIÓN DOS/AS ATLETAS

Co obxectivo de animar ao maior número de atletas a participar nas competicións que teñen lugar durante a tempada (entendidas sempre como unha actividade complementaria á planificación anual da Escola de Atletismo, que nos brinda a oportunidade de observar e evolución do traballo diario nos adestramentos e de afianzar o sentimento de equipo), todas e **TODOS OS ATLETAS ESTARÁN INSCRITOS POR DEFECTO** nas competicións recollidas na táboa anterior. **Os/as atletas que NON poidan acudir, deben COMUNICAR A BAIXA ou renuncia no prazo establecido a través de WhatsApp (664 321 302), e-mail (escolalucus@gmail.com) ou Cluber.** Os avisos comunicados fóra dese prazo –ou as baixas non informadas– suporán unha **sanción de 5€ por atleta que deberá ser abonada ao Club**, salvo causa xustificada e comunicada por escrito antes do inicio da proba. Agradecemos de antemán a vosa colaboración.

! IMPORTANTE: SEGURO DE ACCIDENTES DEPORTIVOS

(ATLETAS DESDE OS 6 ATA OS 16 ANOS)

É IMPRESCINDIBLE QUE AS FAMILIAS COÑEZAN E SIGAN O PROTOCOLO DE ACTUACIÓN EN CASO DE ACCIDENTE DEPORTIVO. POR FAVOR, REVISADE OS SEGUINTE ENLACES

Consulta o **PROTOCOLO DE ACTUACIÓN** – [AQUÍ](#)

Podes ver un RESUMO do protocolo de actuación – [AQUÍ](#)

O **Identificador de atleta** son as iniciais do nome seguido da data de nacemento, así:

Exemplo ficticio: **María Fernández López 04/03/2012** sería **MFL040312**

En caso de **URXENCIA VITAL**, acudir ao centro médico máis próximo e **comunicarlllo inmediatamente** a calquera dos responsables do Club (monitores/as da Escola, adestradores ou persoas a cargo nese momento), que tramitarán os documentos necesarios coa aseguradora. Os hospitais cubertos polo seguro son:

- o **Hospital Ribera Polusa**. Rúa Doutor Iglesias Otero, s/n, 27004, Lugo.
- o **Hospital Quirónsalud Lugo** (antigo Sanatorio Privado NSOG). Rúa Montevideo, 23, 27001, Lugo.

En caso de **NON URXENCIA VITAL**, poñerse en **contacto inmediato** con calquera dos responsables do Club (monitores/as da Escola, adestradores ou persoas a cargo nese momento) **antes de acudir a ningún lugar**. Eles/as contactarán coa aseguradora e trasladarán as instrucións que esta indique, informando do centro médico ao que se debe acudir para recibir a atención sanitaria que proceda.

De non ser posible o contacto coa persoa responsable do Club, seguir os pasos que se indican para cubrir o parte de accidente e cumprir estritamente as instrucións que vos traslade a aseguradora correspondente. **POR FAVOR, SEGUIDE ESTRICTAMENTE AS INSTRUCCIÓNS DO PROTOCOLO.**