



BASES
CAMPEONATO NACIONAL DE MENORES
“FUTUROS TALENTOS”
RANCAGUA - CHILE - 2022

OBJETIVO

Reunir a diferentes exponentes infantiles formativos del país, generando una instancia de encuentro segura para los deportistas y a su vez, fomentar la actividad física, el deporte y la vida sana, invitando a todas las Asociaciones de nuestra Federación.

El evento se realizará en la siguiente fecha y lugar

Fecha: **07 al 10 de Julio del 2022**

Lugar: Gimnasio Hermógenes Lizana – Avda. Libertador Bernardo O’Higgins #269 Rancagua.

ORGANIZACIÓN

El Campeonato será organizado por la Federación Chilena de Levantamiento de Pesas FD, en conjunto con la Asociación el Libertador.

HOSPEDAJE Y ALIMENTACIÓN

Se concederá alimentación durante los días que se desarrolle la competencia, considerando Almuerzo y Cena.

En relación al hospedaje del evento; para factibilidad y disponibilidad, se solicita tomar contacto con el técnico Sr. Esteban Toloza vía correo electrónico a estebantoloza@gmail.com

ELEGIBILIDAD DE LOS PARTICIPANTES

Podrán participar aquellos deportistas que sean designados por su asociación correspondiente y que cumplan con su licencia FECHIPE 2022.

Podrán participar deportistas:

- 8 a 12 años de edad (nacidos desde 2010 hasta 2014)



Categorías:

- Sub-10: de 8 a 10 años (7 damas y 7 varones)
- Sub-12: de 11 a 12 años (7 damas y 7 varones)

Infantil Sub-10

Damas: 8, 9 y 10 años de edad (2014 – 2013 – 2012)

Varones: 8, 9 y 10 años de edad (2014 – 2013 – 2012)

Infantil Sub-12

Damas: 11 y 12 años de edad (2011 – 2010)

Varones: 11 y 12 años de edad (2011 – 2010)

Las categorías de peso corporal de los participantes Sub-10 y Sub-12 son las siguientes:

35kg, 40kg, 45kg, 50kg, 55kg, 60kg y +60kg.

Se podrá duplicar la participación de deportistas en 3 categorías de peso corporal.

Está permitida la asistencia de **02 técnicos**.

Está permitida la asistencia de **01 delegado** solo en caso de participar con un **equipo completo**.

Para delegaciones con equipos completos damas y varones, se considera **obligación** la asistencia de **1 juez**.

Sera responsabilidad de cada delegación garantizar que los deportistas participen con el permiso correspondiente de sus padres o tutor(es).



DE LAS INSCRIPCIONES

Las fichas de inscripción preliminar, deberán ser enviadas al siguiente Link:
<https://forms.gle/AQu45tg4gmH7Pih7>

INSCRIPCION	FECHA
PRELIMINAR	07 de Junio 2022 (Las Asociaciones que no envíen su inscripción preliminar, no podrán participar del evento)
FINAL	26 de Junio 2022 <u>Hasta las 15:00 pm</u> Vía correo electrónico enviado por federación posterior a su inscripción preliminar. (Las Asociaciones que no envíen su inscripción final, no podrán participar del evento)

No se recibirán inscripciones fuera de plazo.

Para este evento no se realizará congreso técnico, solo se realizará una reunión de carácter informativo, para aclarar dudas sobre la competencia, etc.

SEGURO

Todas las delegaciones participantes deben tener total responsabilidad moral y financiera de todos los deportistas con respecto a su salud y bienestar, y en caso de accidentes y daños, no son atribuibles a los organizadores.

REGLAMENTACIÓN

- La organización técnica y de la competencia se regirá por los reglamentos I.W.F. para las modalidades de arranque y envión.
- **Recordando que será sancionado el mal comportamiento y toda practica anti deportiva.**

COMPETENCIA

PROGRAMA: El evento se realizará según programa a definir, dependiendo de la cantidad de deportistas inscritos en cada categoría, agrupándolos dentro de los grupos correspondientes.

- El ingreso del publico estará sujeto según restricciones del recinto en cuanto a aforo permitido; priorizando el ingreso de las delegaciones.



Se competirá con barra de iniciación 5 kg damas y varones hasta llegar a los 15 kg, pasando a la barra oficial de damas.

1.- 30 metros de velocidad:



Carrera de 30 metros

Recursos necesarios:

- Dos conos (o marcas) separados a 30m de distancia, sobre una superficie plana.
- Cronómetro.

Objetivo:

Valorar la velocidad máxima (frecuencial), incrementada al recorrer los 30 metros. La velocidad, como condición física, representa la capacidad de desplazarse (o de realizar algún movimiento) en el mínimo tiempo y con el máximo de eficacia.

Procedimiento:

Se deberán colocar dos conos en los puntos de inicio a fin de los 30 metros, donde tenga una vista panóptica, en la que se vea ambos conos, para dar inicio al cronometraje, justo a tiempo.

La prueba se realizará en una sola oportunidad

2.- Salto vertical de la plataforma o Squat Jump:



Recursos necesarios:

- Una plataforma de salto, Ej: Axomjump

Objetivo:

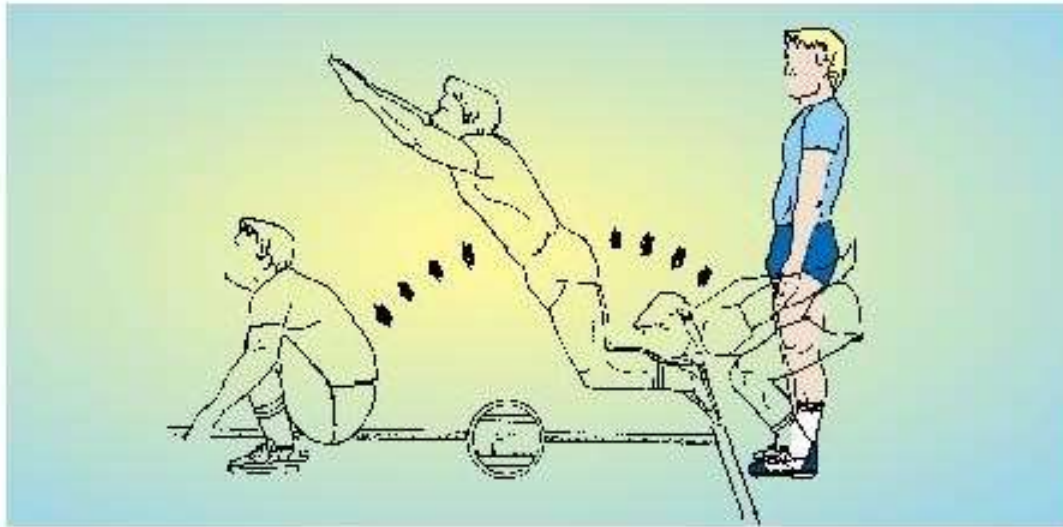
Evaluar la fuerza explosiva de los miembros inferiores.

Procedimiento:

El deportista se coloca sobre la plataforma de contacto con las manos en las caderas y las piernas flexionadas por la rodilla. Después de mantener la posición el sujeto realiza un salto lo más alto posible, evitando cualquier acción de contra movimiento y sin soltar las manos, cayendo en la misma posición con los pies y las piernas extendidas.

La prueba se desarrollará en dos oportunidades, tomando como puntaje el mejor salto.

3.- Salto largo:



Recursos necesarios:

- Huincha de medir

Objetivo:

Medir la fuerza explosiva de los miembros inferiores.

Procedimiento:

El deportista deberá situarse ligeramente con los pies separados y en la misma distancia de la línea de salida. Con ayuda del impulso de brazos se ejecutará un salto sin impulso ni carrera previa, se debe impulsar con ambos pies a la vez y no pisar la línea de salida. La medición se ejecutará desde la línea de impulso hasta la huella más cercana dejada tras el salto por cualquier parte del cuerpo.

La prueba se desarrollará en dos oportunidades, tomando como puntaje el mejor salto.

4.- Flexiones de brazos para las damas:



Recursos necesarios:

- 1 Colchoneta.

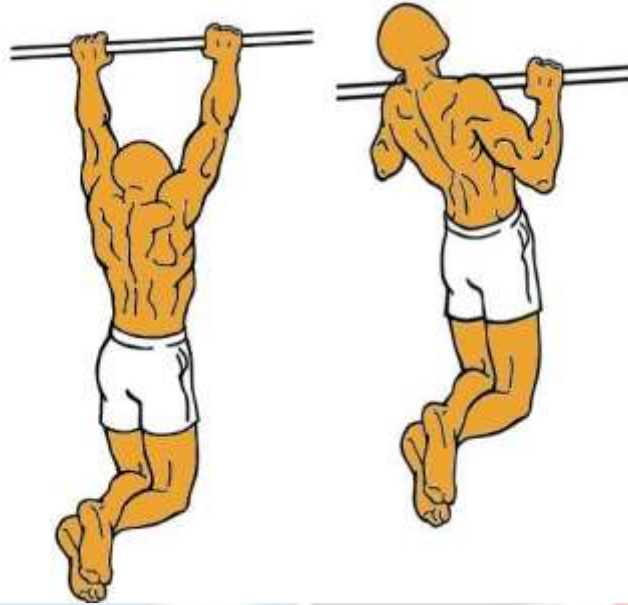
Objetivo:

Medir la fuerza del tren superior.

Procedimiento:

El deportista deberá apoyar las manos y pies. Los pies separados al ancho de los hombros y las manos algo más separadas con los dedos mirando al frente. El tronco recto y alineado con las piernas formando una plancha.

5.- Flexiones de barra para los varones:



Recursos necesarios:

- Una Barra

Objetivo:

Medir la fuerza del tren

Procedimiento:

Apoyado sobre las barras paralelas, los brazos estirados, piernas cruzadas a la altura de los tobillos y colgando: inspirar y flexionar completamente los antebrazos hasta llevar el pecho cerca del nivel de las barras, posteriormente volvemos a subir.



DE LA PREMIACION

Se concederán medallas de oro, plata y bronce a los tres primeros lugares de cada categoría de peso corporal Sub-10 y Sub-12 para damas y varones, según la sumatoria de las 5 pruebas (Total Olímpico más las 4 pruebas físicas). Teniendo en cuenta que para los deportistas que obtengan el mismo puntaje, el lugar será definido por el total olímpico en la prueba de arranque y envión.

Se entregarán diplomas de participación a todos los deportistas.

Además, se premiará a la dama y al varón más fuerte del torneo Sub-10 y Sub-12.

Premiación por equipos:

- Para determinar el ganador por equipo, se tomará en consideración la puntuación obtenida por los atletas en las 5 modalidades individuales.
- El puntaje será del primero al lugar veinticinco clasificado, siendo: 28-25-23-22-21-20-19-18-17-16-15-14-13-12-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1 puntos tanto para cada modalidad como para el total olímpico.

PROGRAMACION GENERAL

DIA	FECHA	ACTIVIDAD
MIERCOLES	06/07/2022	Reunión informativa ZOOM 18:00 horas
JUEVES	07/07/2022	Inauguración, competencia
VIERNES	08/07/2022	Competencia
SABADO	09/07/2022	Competencia
DOMINGO	10/07/2022	Competencia, Premiación y retiro de las delegaciones

Programación General Competencia

HORARIOS ESPECIFICOS DE COMPETENCIA A DEFINIR SEGÚN INSCRIPCION

El evento podrá realizar en dos días, dependiendo de los atletas participantes

Ramón Cruz Montt #1176, Oficina 304. Ñuñoa – Santiago de Chile.
Fono: (56-2)22728929 (56-2)22729959 WWW.FECHIPE.CL