

**En Guadalajara, Jalisco, el veintiséis de agosto de dos mil veinticinco,  
convocamos a la XIX Liga Cantabria de Atletismo.**

**Participantes.**

Las Escuelas, Instituciones Educativas y Clubes (todas serán llamadas Escuelas) que se inscriban a Liga Cantabria de Atletismo (Liga Cantabria), los alumnos y personas (Atletas) que pertenezcan a las Escuelas y cualquier otro atleta (Atleta Libre) interesado en participar. Si no se especifica, cuando nos refiramos a los Atletas, se entenderá que son Atletas o Atletas Libres.

**Ramas.**

Mujer y hombre.

**Categorías.**

- 1) Corzos: nacidos en 2019, 2020 y 2021 y 2022.
- 2) Venados: nacidos en 2017 y 2018.
- 3) Impalas: nacidos en 2015 y 2016.
- 4) Gacelas: nacidos en 2013 y 2014.
- 5) Alces: nacidos en 2011 y 2012.
- 6) Renos: nacidos en 2009 y 2010.
- 7) Ciervos: nacidos en 2007 y 2008.

**Pruebas.**

- 1) Corzos: 40 metros planos, 200 metros planos, 30 metros con vallas, lanzamiento de balón medicinal, lanzamiento de jabalina, salto de longitud y relevo 4 x 50 metros.
- 2) Venados: 50 metros planos, 150 metros planos, 400 metros planos, 40 metros con vallas, lanzamiento de balón medicinal, lanzamiento de jabalina, salto de altura, salto de longitud y relevo 4 x 50 metros.
- 3) Impalas: 60 metros planos, 200 metros planos, 600 metros planos, 50 metros con vallas, lanzamiento de balón medicinal, lanzamiento de jabalina, salto de altura, salto de longitud y relevo 4 x 75 metros.
- 4) Gacelas: 75 metros planos, 300 metros planos, 800 metros planos, 60 metros con vallas, lanzamiento de balón medicinal, lanzamiento de jabalina, salto de altura, salto de longitud y relevo 4 x 75 metros.
- 5) Alces: 100 metros planos, 400 metros planos, 1000 metros planos, 80 metros con vallas, lanzamiento de bala, lanzamiento de jabalina, salto de altura, salto de longitud y relevo 4 x 100 metros.
- 6) Renos: 100 metros planos, 400 metros planos, 1500 metros planos, 100 metros con vallas (mujeres), 110 metros con vallas (hombres), lanzamiento de bala, lanzamiento de jabalina, salto de altura, salto de longitud y relevo 4 x 100 metros.
- 7) Ciervos: 100 metros planos, 400 metros planos, 1500 metros planos, 100 metros con vallas (mujeres), 110 metros con vallas (hombres), lanzamiento de bala, lanzamiento de jabalina, salto de altura, salto de longitud y relevo 4 x 100 metros.

***Nota: la jabalina que se usará es de un material plástico rígido. No contiene partes metálicas ni es filoso.***

**Jueces y reglamento.**

El Reglamento de Competición de la World Athletics (WARC) y el Reglamento Técnico de la World Athletics (WART), que se encuentren en vigor, serán los que rijan todas las competencias de Liga Cantabria, con las excepciones y condiciones establecidas en el Reglamento de Competencia (anexo B).

**Uniformes.**

Cada Atleta deberá usar, durante las competencias, el uniforme de su Escuela. Los Atletas Libres podrán usar cualquier uniforme. En cualquier caso, deberán cumplir con lo establecido en la regla 5.1 de WART.

**Espíritu de Liga Cantabria.**

El atletismo es un deporte que requiere una gran disciplina personal e institucional que difícilmente se ve en cualquier otro deporte. La dirección de Liga Cantabria y la dirección de las Escuelas siempre esperamos que todos y cada uno de los atletas den, en todo momento, su máximo esfuerzo mientras participan. Cualquier actitud antideportiva que se presente durante las competencias y eventos de Liga Cantabria será sancionada de acuerdo con lo establecido en la regla 7.1 de WART.

Consultar el Código de Conducta de Liga Cantabria en el Anexo E.

**Elegibilidad de atletas pertenecientes a Instituciones Educativas y Clubes de Atletismo.**

Liga Cantabria admite la participación de Instituciones Educativas y, también, Clubes de Atletismo que no necesariamente imparten educación básica y de bachillerato. Para que un atleta perteneciente a estos clubes deportivos pueda ser elegible para participar en Liga Cantabria será necesario que se entrene, única y exclusivamente, en los lugares y con las personas que tengan asignadas dichas Instituciones Educativas o Clubes de Atletismo.

## Sistema de competencia.

Liga Cantabria tendrá seis competencias que se realizarán dentro del calendario escolar 2025-2026 para educación básica establecido por la Secretaría de Educación Pública.

Cada competencia incluirá la mitad de las pruebas establecidas en el apartado de pruebas. De competencia a competencia, irán cambiando al resto de las pruebas.

Cada Atleta tendrá derecho a participar en un máximo de tres pruebas y un relevo por competencia. Los Atletas Libres no podrán participar en los relevos.

Cada Escuela tendrá derecho a presentar un equipo de relevos por categoría y rama.

El sistema de competencia se divide en cuatro partes donde, en cada una de ellas, se repartirán puntos por categoría y rama. Los sistemas de competencia se explican a continuación:

### 1) Excelencia.

- a) Los Atletas obtendrán puntos para ellos que se otorgarán por prueba individual de la siguiente manera:
  - i) Primer lugar: 8 puntos, segundo lugar: 7 puntos, tercer lugar: 6 puntos, cuarto lugar: 5 puntos, quinto lugar: 4 puntos, sexto lugar: 3 puntos, séptimo lugar: 2 puntos, octavo lugar: 1 punto.
- b) En caso de empate en cualquier prueba, se repartirá la puntuación sumando los puntos correspondientes a cada lugar y dividiéndolos entre el número de Atletas. Por ejemplo, si hay tres Atletas empatados en cuarto lugar, se sumarán los puntos correspondientes al cuarto, quinto y sexto, en este caso doce, y se dividirán entre tres, que son los Atletas empatados, lo que arroja un total de cuatro puntos para cada Atleta.
- c) Al finalizar la temporada, y para determinar a los Atletas ganadores en Excelencia se tomarán en cuenta los puntos totales acumulados de todas las competencias.
- d) Se premiará con trofeos a los tres primeros lugares por categoría y rama.
- e) Para poder optar a los premios por Excelencia, el Atleta deberá participar en, al menos, cinco competencias.
- f) En caso de empate a la hora de definir los ganadores, consulte el anexo A.

### 2) Grandeza (exclusivo para Escuelas).

- a) Las Escuelas obtendrán puntos para ellas que se otorgarán de la siguiente manera:
  - i) Pruebas individuales: se asignarán puntos en función de las posiciones por prueba y limitado a dos atletas por Escuela.  
Primer lugar: 8 puntos, segundo lugar: 7 puntos, tercer lugar: 6 puntos, cuarto lugar: 5 puntos, quinto lugar: 4 puntos, sexto lugar: 3 puntos, séptimo lugar: 2 puntos, octavo lugar: 1 punto.
- b) Si una Escuela tuviera más de dos Atletas con puntos, solo conservarán dichos puntos los dos Atletas mejor ubicados en la prueba, entonces los puntos que no se puedan adjudicar a dicha Escuela, se asignarán, a partir de la posición 9, a las Escuelas que no hayan completado dos atletas con puntos. Ver el siguiente ejemplo:

|                    |          |           |          |
|--------------------|----------|-----------|----------|
| i) Primer lugar    | Atleta A | Escuela 1 | 8 puntos |
| ii) Segundo lugar  | Atleta A | Escuela 2 | 7 puntos |
| iii) Tercer lugar  | Atleta B | Escuela 2 | 6 puntos |
| iv) Cuarto lugar   | Atleta A | Escuela 3 | 5 puntos |
| v) Quinto lugar    | Atleta A | Escuela 4 | 4 puntos |
| vi) Sexto lugar    | Atleta B | Escuela 1 | 3 puntos |
| vii) Séptimo lugar | Atleta C | Escuela 2 | 0 puntos |
| viii) Octavo lugar | Atleta C | Escuela 1 | 0 puntos |
| ix) Noveno lugar   | Atleta B | Escuela 3 | 2 puntos |
| x) Décimo lugar    | Atleta B | Escuela 4 | 1 punto  |
- c) Relevos: Los puntos obtenidos en los relevos de acuerdo con lo siguiente:
  - i) Primer lugar: 16 puntos, segundo lugar: 14 puntos, tercer lugar: 12 puntos, cuarto lugar: 10 puntos, quinto lugar: 8 puntos, sexto lugar: 6 puntos, séptimo lugar: 4 puntos, octavo lugar: 2 puntos.
  - ii) En caso de empate en los relevos, se repartirá la puntuación sumando los puntos correspondientes a cada lugar y dividiéndolos entre el número de relevos empatados. Por ejemplo, si hay tres relevos empatados en tercer lugar, se sumarán los puntos correspondientes al tercero, cuarto y quinto, en este caso treinta, y se dividirán entre tres, que son los relevos empatados, lo que arroja un total de diez puntos para cada relevo.
- d) Al finalizar la temporada y para determinar a las Escuelas ganadoras en Grandeza se tomarán en cuenta todos los puntos que hayan sumado todos sus Atletas más los puntos de los relevos de todas las competencias.
- e) Se premiará con trofeos a los tres primeros lugares por categoría y rama.
- f) Para poder optar a los premios de Grandeza, la Escuela deberá participar en, al menos, cinco competencias.
- g) En caso de empate a la hora de definir los ganadores, consulte el anexo A.

### 3) Combatividad.

- a) Los puntos se otorgarán por pruebas a cada Atleta de la siguiente manera:
  - i) Por cada prueba individual en la que se participe por segunda vez: un punto.
  - ii) Por cada prueba individual en la que se participe por tercera vez: dos puntos.
  - iii) Por cada prueba individual en la que el Atleta mejore su marca por primera vez: dos puntos.
  - iv) Por cada prueba individual en la que el Atleta mejore su marca por segunda vez: tres puntos.
- b) Al finalizar la temporada y para determinar a los Atletas ganadores en combatividad se tomarán en cuenta los puntos totales acumulados de todas las competencias.
- c) Se premiará con trofeos a los tres primeros lugares por categoría y rama.
- d) Para poder optar a los premios por combatividad, el Atleta deberá participar en, al menos, cinco competencias.
- e) En caso de empate a la hora de definir los ganadores, consulte el anexo A.

#### 4) **Mejor Entrenador.**

- a) Para determinar a los mejores entrenadores, se tomarán en cuenta los puntos totales acumulados por todos sus Atletas en el apartado de Combatividad divididos por el número de Atletas que hayan participado, incluyendo a aquellos que no hayan obtenido puntos. Para que un entrenador sea elegible a este trofeo deberá tener, al menos, cuatro Atletas que hayan obtenido puntos en Combatividad.
- b) Se premiará con trofeo al primer lugar por categoría y rama.
- c) En caso de empate a la hora de definir los ganadores, consulte el anexo A.

#### **Lugar de las competencias.**

Pista de atletismo por definir.

#### **Calendario de competencias.**

- 1) Sábado 4 de octubre de 2025.
- 2) Sábado 8 de noviembre de 2025.
- 3) Sábado 24 de enero de 2026.
- 4) Sábado 21 de febrero de 2026.
- 5) Sábado 25 de abril de 2026.
- 6) Sábado 23 de mayo de 2026.

#### **Publicación de resultados durante las competencias.**

Todos los resultados podrán ser consultados en línea en la aplicación para tabletas y celulares *Track Meet Mobile*. Los resultados podrán ser vistos en línea a pocos minutos de finalizar una prueba y tendrán carácter de extraoficiales. La aplicación tiene un costo que no depende de Liga Cantabria.

#### **Delegado de Escuela y de Atleta Libre.**

Previo al inicio de las competencias, cada Escuela podrá registrar un delegado en el área de Relaciones Públicas. Para el caso de los responsables de Atletas Libres, un familiar o entrenador podrá ser el Delegado. Los Delegados deberán depositar una identificación oficial y, a cambio, se le entregará un gafete que lo identifique como delegado. Al final de la competencia, los delegados deberán entregar el gafete asignado y, en ese momento, se les devolverá la identificación. El delegado de Escuela o de Atleta Libre será la única persona que puede apelar sobre cualquier resultado.

#### **Resultados, récords y puntuaciones.**

Se llevará un registro permanente de los resultados de las competencias y récords realizados, así como también las puntuaciones que vayan obteniendo las Escuelas, Atletas y Entrenadores. Todo lo anterior estará publicado en [www.lcai.mx](http://www.lcai.mx) el miércoles posterior a la finalización de la competencia.

#### **Junta sobre el desarrollo de las competencias previo al inicio de la temporada.**

Miércoles 24 de septiembre de 2025 a las 8:00 pm. Se proporcionará, oportunamente, un enlace para realizar la junta de manera virtual.

#### **Junta de retroalimentación posterior a cada competencia.**

El miércoles posterior a cada competencia a las 8:00 pm se celebrará una junta con entrenadores y representantes de escuela para analizar cualquier asunto que tenga que ver con la mejora de las competencias. Las juntas se llevarán a cabo de manera virtual.

#### **Gala anual.**

Al final de la temporada se realizará una Gala Anual donde se entregarán todos los premios y reconocimientos; dicha gala se realizará el sábado 6 de junio de 2026 a las 9:00 am en una sede por definir.

#### **Premios.**

- 1) Trofeo anual por Excelencia para los tres primeros Atletas, por rama y categoría.
- 2) Trofeo anual por Grandeza para las tres primeras Escuelas, por rama y categoría.
- 3) Trofeo anual por Combatividad para los tres primeros Atletas, por rama y categoría.
- 4) Trofeo anual para el Mejor Entrenador, por rama y categoría.
- 5) Medallas para los tres primeros Atletas, por prueba, por competencia, rama y categoría.
- 6) Medallas a todos los participantes de la categoría Corzos, por competencia y rama.

#### **Entrega de medallas durante las competencias.**

Las entregas de medallas se realizarán de acuerdo con lo siguiente:

- Carreras: 40 minutos, como máximo, después de finalizada la prueba.
- Concursos (lanzamientos y saltos): al terminar la prueba.
- Relevos: al terminar la prueba.
- En cualquier caso, los tiempos podrían ser más largos en caso de existir alguna protesta sobre los resultados.

#### **Salón Bisonte de la Fama.**

Aquellos Atletas y Entrenadores que, por su desempeño durante varias temporadas, se les considere que han tenido una trayectoria atlética muy destacada, serán inducidos al Salón Bisonte de la Fama. Durante la Gala Anual, les será entregado un reconocimiento.

### **Requisitos para registrar a las Escuelas.**

- Rellenar la hoja de registro de Escuela proporcionada por Liga Cantabria y enviarla por correo electrónico a [contacto@lcai.mx](mailto:contacto@lcai.mx).
  - El envío tiene que realizarse con, al menos, diez días de anticipación al inicio de cada competencia.
  - Solamente se aceptarán registros que sean enviados de un correo electrónico correspondiente a la representación deportiva de la Escuela o de una instancia superior.
  - Es requisito indispensable que los registros cuenten con, al menos, un entrenador, un representante de deportes, la firma de dicho representante y el sello oficial de la Escuela.

### **Compromiso de constancia y presencia.**

Cada Escuela inscrita se compromete a participar en todas las competencias de Liga Cantabria con, al menos, un Atleta.

### **Requisitos para inscripción de los Atletas por competencia.**

- 1) Atletas pertenecientes a Escuelas Registradas.
  - a) Una vez que la Escuela cumpla con el requisito de registro, le será enviada la hoja de Registro de Atletas por Escuela.
  - b) Por cada competencia, usar la hoja de registro de atletas por Escuela mencionada en el punto anterior. En ésta habrá que incluir a todos los Atletas que participarán junto con sus respectivas pruebas.
  - c) Dicha hoja de registro se podrá solicitar al email [contacto@lcai.mx](mailto:contacto@lcai.mx) y al celular 3320 562930.
- 2) Atletas Libres.
  - a) Por cada competencia, usar la hoja de registro de atletas. En ésta habrá que incluir a todos los Atletas que participarán junto con sus respectivas pruebas.
  - b) Dicha hoja de registro se podrá solicitar al email [contacto@lcai.mx](mailto:contacto@lcai.mx) y al celular 3320 562930.

### **Costo de inscripción por Atleta.**

El costo con derecho a participar por competencia será de: \$500.00 (quinientos pesos 00/100) IVA incluido. Las cuotas anteriores dan derecho a lo siguiente:

- 1) Derecho exclusivo para usar la pista de atletismo durante la duración de la competencia.
- 2) Acceso a las instalaciones sin costo para los Atletas.
- 3) Arbitraje.
- 4) Cronometraje totalmente automático.
- 5) Medición del viento en las pruebas donde lo exige el reglamento.
- 6) Números de competencia y números identificadores para carreras.
- 7) Todas las medallas descritas en el apartado de premios.
- 8) Publicación de resultados, récords y puntuaciones en [www.lcai.mx](http://www.lcai.mx).
- 9) Publicación de resultados extraoficiales para acceso en celulares y tabletas.
  - a) El acceso de estos resultados tiene un costo que no controla Liga Cantabria.
- 10) Toldos en las siguientes áreas.
  - a) Cámara de llamadas.
    - i) Lo suficientemente grande para que los atletas se mantengan resguardados de las condiciones meteorológicas mientras acceden al punto de salida.
  - b) Salto de altura.
  - c) Lanzamientos.
  - d) Salto de longitud.
  - e) Hidratación.
  - f) Servicio de paramédicos.
- 11) Servicio de paramédicos con ambulancia.
- 12) Sonido profesional para las siguientes áreas.
  - a) Público.
  - b) Cámara de llamadas.
  - c) Premiación.
- 13) Radios profesionales de comunicación para facilitar la comunicación en todas las áreas críticas de la competencia.
- 14) Juntas de retroalimentación posteriores a las competencias.
- 15) Recursos para acceder, de parte del público, a las zonas de lanzamientos y salto de altura.
  - a) Consultar Anexo D.
- 16) Puestos de hidratación en cada área de concursos y antes de la puerta de salida de atletas en las carreras.
- 17) Reseña de cada competencia que se podrá consultar en [www.lcai.mx](http://www.lcai.mx).
- 18) Área de calentamiento y cámara de llamadas integrada.
- 19) Equipo y material usado en las competencias.
- 20) Todos los trofeos descritos en el apartado de premios.
- 21) Diplomas de reconocimiento para atletas que obtengan récords.
- 22) Mantenimiento del portal [www.lcai.mx](http://www.lcai.mx) y todas las redes sociales asociadas.
- 23) Ceremonia de la Gala Anual.
  - a) Proyección, en gran formato, de los sucesos más importantes de la temporada.
- 24) Reconocimientos a los Atletas inducidos por primera vez al Salón Bisonte de la Fama.
- 25) Entrevistas y videoclips por competencia que se podrán consultar en [www.lcai.mx](http://www.lcai.mx) y todas nuestras redes sociales.

#### Reembolso por la no participación de Atletas inscritos.

- 1) No aplica para Atletas Libres.
- 2) Si algún Atleta inscrito no pudiera participar por razones médicas o familiares (se entiende como una causa de fuerza mayor), la coordinación de la Escuela podrá solicitar que la cantidad pagada pueda ser compensada.
- 3) Es necesario una explicación detallada de las causas (Ejemplo: Justificante Médico) a través de la plataforma Liga Cantabria por compartir. Dicha solicitud deberá ser enviada por la representación deportiva de la escuela o de una instancia superior.
- 4) En ningún caso se podrá regresar dinero.

#### Periodos de inscripción, fechas para competencias y juntas de evaluación.

| Competencia | Fecha de competencia   | Inicio de inscripción    | Cierre de inscripción                   | Junta de retroalimentación            |
|-------------|------------------------|--------------------------|-----------------------------------------|---------------------------------------|
| Uno         | 4 de octubre de 2025   | 22 de septiembre de 2025 | 29 de septiembre de 2025 a las 11:59 pm | 8 de octubre de 2025 a las 8:00 pm    |
| Dos         | 8 de noviembre de 2025 | 27 de octubre de 2025    | 3 de noviembre de 2025 a las 11:59 pm   | 12 de noviembre de 2025 a las 8:00 pm |
| Tres        | 24 de enero de 2026    | 12 de enero de 2026      | 19 de enero de 2026 a las 11:59 pm      | 28 de enero de 2026 a las 8:00 pm     |
| Cuatro      | 21 de febrero de 2026  | 9 de febrero de 2026     | 16 de febrero de 2026 a las 11:59 pm    | 25 de febrero de 2026 a las 8:00 pm   |
| Cinco       | 25 de abril de 2026    | 13 de abril de 2026      | 20 de abril de 2026 a las 11:59 pm      | 29 de abril de 2026 a las 8:00 pm     |
| Seis        | 23 de mayo de 2026     | 11 de mayo de 2026       | 18 de mayo de 2026 a las 11:59 pm       | 27 de mayo de 2026 a las 8:00 pm      |

**Nota: Después del cierre de inscripción, no se admiten altas, bajas ni modificaciones.**

#### Lugar de inscripción de Atletas para cada competencia.

Solamente se recibirán inscripciones de Atletas en la hoja de Registro de Atletas para escuelas afiliadas. La Hoja de Registro será enviada por Liga Cantabria.

En el caso de los Atletas Libres, habrá que solicitar el Registro de Atletas al 33 2056 2930.

Para cualquier pregunta referente a inscripciones, llamar al 33 2056 2930 o al contacto [contacto@lcai.mx](mailto:contacto@lcai.mx)

**Nota: No se reciben inscripciones por teléfono.**

#### Lugares para recoger los números de la competencia.

Una hora antes del inicio de la competencia en el lugar de competencia.

#### Lugar de pago para inscripción de Atletas de Escuelas.

El pago se deberá realizar vía transferencia electrónica a la cuenta Liga Cantabria asignada. No se aceptarán pagos en efectivo ni cheques.

#### Lugar de pago para inscripción de Atletas Libres.

El pago se deberá realizar, a más tardar, el día del cierre de inscripción. Para preguntas sobre cómo pagar, hacerlo al 33.2056.2930. No se aceptarán pagos en efectivo ni cheques. **Nota: si se requiere que el pago sea facturado, tendrá que solicitarlo en este momento.**

#### Costo de reposición por número de competencia.

En caso de que se necesitara reponer el número de competencia, por cualquier motivo, tendrá que acudir el delegado de la Escuela al área de Relaciones Públicas y pagar, por un nuevo número, la cantidad de \$150.00 (ciento cincuenta pesos 00/100).

#### Toma de fotografías por parte de las Escuelas.

Cualquier escuela podrá solicitar a [contacto@lcai.mx](mailto:contacto@lcai.mx), con al menos cinco días de anticipación, el acceso al área de competencia por parte de un fotógrafo designado por dicha escuela. El acceso de los fotógrafos será por la ubicación de Relaciones Públicas, deberán llevar una identificación oficial con fotografía y se les proveerá con un chaleco de uso obligatorio; además se les instruirá sobre las medidas de seguridad que deben observar mientras estén dentro del área de competencia.

Al abandonar el área de competencia deberán entregar el chaleco y en ese momento les será devuelta la identificación.

**El uso de drones por parte de los fotógrafos de las Escuelas está prohibido.**

#### Otros.

Cualquier otro asunto no contemplado en esta convocatoria será resuelto por la Dirección de Liga Cantabria.

### **Anexo A: Criterios para romper empates.**

Al final de la temporada, si existen casos de Atletas, Escuelas o Mejores Entrenadores con derecho a trofeo que estén empatados, se romperán los empates bajo los siguientes criterios:

- 1) Empates en Excelencia.
  - a) El que tenga más cantidad de primeros lugares en todas las competencias será el ganador. Si persiste el empate, el ganador será el que tenga más cantidad de segundos lugares, si persiste el empate, se seguirán revisando los subsecuentes lugares hasta que se rompa el empate. Si persiste el empate, se declarará empate y cada Atleta tendrá derecho al mismo tipo de trofeo.
- 2) Empates en Grandeza.
  - a) Se sumarán los primeros lugares por prueba de todos los Atletas y relevos en todas las competencias que hayan obtenido puntos dentro de este sistema de competencia; el que tenga más, será el ganador, si persiste el empate, se hará lo mismo con los segundos lugares, si persiste el empate, se seguirán revisando los subsecuentes lugares hasta que se rompa el empate. Si persiste el empate, se declarará empate y cada Escuela tendrá derecho al mismo tipo de trofeo.
- 3) Empates en Combatividad por Atleta.
  - a) Se declarará empate y cada Atleta tendrá derecho al mismo tipo de trofeo.
- 4) Empates para definir al Mejor Entrenador.
  - a) Se declarará empate y cada Atleta tendrá derecho al mismo tipo de trofeo.

### **Anexo B: Reglamento de Competencia de Liga Cantabria.**

El Reglamento de Competición de la World Athletics (WARC) y el Reglamento Técnico de la World Athletics (WART) que se encuentren en vigor los que rijan todas las competencias de Liga Cantabria con las siguientes consideraciones y modificaciones.

- 1) Todas las pruebas serán finales o finales contra reloj.
- 2) Los Atletas deberán presentarse en cámara de llamadas antes del inicio de su prueba, a más tardar, en el horario de cámara de llamadas especificado en el programa de competencia. Pasada esta hora, el Atleta no podrá participar.
- 3) Cada Atleta podrá participar en un máximo de tres pruebas individuales y un relevo por competencia. Los Atletas Libres solo podrán participar en pruebas individuales, con un máximo de tres por competencia.
- 4) El uso de arrancaderas no es obligatorio.
- 5) Para la siembra de corredores en las finales contra reloj, se tomarán en cuenta los mejores tiempos realizados en competencias previas de Liga Cantabria de la presente temporada y, entonces, se formarán las series, empezando con los corredores menos rápidos y los que no tengan marca previa, hasta llegar a los corredores más rápidos. La distribución de los atletas, de acuerdo con lo anterior, se basará también en que las series sean lo más homogéneas entre sí, por lo que nunca habrá series que tengan más de un atleta registrado que otra de las series de la misma prueba, categoría y rama. Si hubiese un empate, se escogerá al que más puntos lleva acumulados en Liga Cantabria; si persiste el empate, se hará un sorteo. Las series que incluyan a los Atletas más rápidos se correrán al final de cada prueba.
- 6) Para todas las carreras inferiores a los 100 metros, el periodo de medición del viento será de 10 segundos.
- 7) En caso de que no exista cronometraje automático en cualquier carrera, al tiempo manual se le añadirá 30 centésimas.
- 8) Las siguientes carreras se correrán, enteramente, por carril libre.
  - a) 200 metros Corzos.
  - b) 400 metros Venados.
  - c) 600 metros Impalas.
  - d) 800 metros Gacelas.
- 9) Para los 200 metros Corzos no se usará anemómetro.
- 10) Máximo número de corredores por carrera.
  - a) 200 metros Corzos: 8.
  - b) 400 metros Venados: 10.
  - c) 600 metros Impalas: 12.
  - d) 800 metros Gacelas: 14.
  - e) 1000 metros Alces: 16.
  - f) 1500 metros Renos y Ciervos: 18.
- 11) Para dar fluidez al programa de competencia, se permitirá que en las carreras de 1500 metros planos corran dos categorías de la misma rama al mismo tiempo, con los siguientes criterios:
  - a) Que no exceda el máximo número de corredores por carrera del inciso 10).
- 12) Para cualquier carrera en las categorías Corzos, Venados, Impalas y Gacelas, no se aplicará la regla de descalificación por salida falsa 16.9 de WART. Si por algún motivo, cualquier carrera se empieza a demorar por salidas falsas, los jueces harán una labor de conciencia en los corredores para que eviten esta situación.
- 13) En todos los saltos horizontales y lanzamientos, el Atleta dispondrá solamente de tres intentos.
- 14) Para la siembra de atletas en todas las finales de los concursos, el orden de participación se definirá de acuerdo con las mejores marcas realizadas en competencias previas de Liga Cantabria de la presente temporada. Empezará el Atleta que tenga la menor marca, seguido de la siguiente menor marca y así sucesivamente hasta llegar al que tenga la mayor marca. Si es necesario tener más de una serie por evento, se seguirá el criterio usado para la formación de series de pista que se explica en el punto seis.
- 15) Para el salto de longitud en las categorías Corzos y Venados, no existirá tabla de despegue. Los saltos se medirán a partir de la última toma de contacto del atleta previo al salto, siempre y cuando el atleta, en este último contacto previo al salto, no invada la fosa.
- 16) Para el salto de longitud de las categorías Impalas, Gacelas, Alces, Renos y Ciervos, la tabla de despegue estará a un metro de la fosa. Si la pista cuenta con alguna tabla fija separada a más de un metro de la fosa, ésta será usada por las categorías de Alces, Renos y Ciervos. Donde no exista una tabla fija, se habilitará una hechiza.

17) Alturas iniciales, en metros, para el salto de altura.

| Categoría | Rama    | Competencia uno y dos | Competencia tres y cuatro | Competencia cinco y seis |
|-----------|---------|-----------------------|---------------------------|--------------------------|
| Venados   | Mujeres | 0.70                  | 0.71                      | 0.72                     |
|           | Hombres | 0.71                  | 0.72                      | 0.73                     |
| Impalas   | Mujeres | 0.82                  | 0.83                      | 0.84                     |
|           | Hombres | 0.83                  | 0.84                      | 0.85                     |
| Gacelas   | Mujeres | 0.92                  | 0.93                      | 0.94                     |
|           | Hombres | 0.94                  | 0.95                      | 0.96                     |
| Alces     | Mujeres | 1.07                  | 1.08                      | 1.09                     |
|           | Hombres | 1.11                  | 1.12                      | 1.13                     |
| Renos     | Mujeres | 1.17                  | 1.18                      | 1.19                     |
|           | Hombres | 1.23                  | 1.24                      | 1.25                     |
| Ciervos   | Mujeres | 1.22                  | 1.23                      | 1.24                     |
|           | Hombres | 1.28                  | 1.29                      | 1.30                     |

- 18) Para el salto de altura, las alturas a las que se irá elevando la varilla, a partir de la altura inicial, serán siempre de cinco centímetros más, a menos que se rompa el récord de la prueba; a partir de ese momento, la varilla se irá elevando de tres en tres centímetros.
- 19) Para el salto de altura, la regla 26.8.4 de WART sobre los desempates para el primer puesto, nunca se aplicará.
- 20) Para los lanzamientos de balón medicinal, el Atleta deberá estar hincado, con el balón en las dos manos e inmediatamente por detrás de la línea de medición. Una vez sujetado el balón, el Atleta debe mover el balón por arriba de la cabeza y hacia atrás. Entonces realizará el lanzamiento hacia adelante. Si después del lanzamiento el Atleta desplaza cualquier parte de su cuerpo después de la línea de medición, no será considerado como falta. Si a la hora de efectuar el lanzamiento despegas, al menos, una rodilla del suelo, se considerará falta. El lanzamiento será similar al movimiento que realiza el jugador de fútbol cuando hace un saque de banda. Ver figura.



- 21) Para los lanzamientos de balón medicinal se usarán los siguientes pesos:
- Corzos: 1 libra.
  - Venados: 1 kilogramo.
  - Impalas: 2 kilogramos.
  - Gacelas: 3 kilogramos.
- 22) Para los lanzamientos de bala se usarán los siguientes pesos:
- Alces: 3 kilogramos (mujeres), 4 kilogramos (hombres).
  - Renos: 3 kilogramos (mujeres), 5 kilogramos (hombres).
  - Ciervos: 4 kilogramos (mujeres), 6 kilogramos (hombres).
- 23) Para el lanzamiento de jabalina, la marca de contacto de la jabalina que se tomará en cuenta para la medición será la primera parte del artefacto que toque el suelo.
- 24) Para los lanzamientos de jabalina se usarán los siguientes pesos:
- Corzos: 260 gramos.
  - Venados: 300 gramos.
  - Impalas: 400 gramos.
  - Gacelas: 500 gramos.
  - Alces: 500 gramos (mujeres), 600 gramos (hombres).
  - Renos: 500 gramos (mujeres), 700 gramos (hombres).
  - Ciervos: 600 gramos (mujeres), 800 gramos (hombres).

25) Para las pruebas con vallas se usarán las siguientes medidas:

- a) 30 metros con vallas.
  - i) Número de vallas: 4.
  - ii) Altura de la valla: 25 centímetros.
  - iii) Distancia a la primera valla: 8.50 metros.
  - iv) Separación entre valla y valla: 5.00 metros.
  - v) Distancia de la última valla a la meta: 6.50 metros.
- b) 40 metros con vallas.
  - i) Número de vallas: 5.
  - ii) Altura de la valla: 35 centímetros.
  - iii) Distancia a la primera valla: 10.00 metros.
  - iv) Separación entre valla y valla: 6.00 metros.
  - v) Distancia de la última valla a la meta: 6.00 metros.
- c) 50 metros con vallas.
  - i) Número de vallas: 5.
  - ii) Altura de la valla: 45 centímetros.
  - iii) Distancia a la primera valla: 11.00 metros.
  - iv) Separación entre valla y valla: 7.50 metros.
  - v) Distancia de la última valla a la meta: 9.00 metros.
- d) 60 metros con vallas.
  - i) Número de vallas: 6.
  - ii) Altura de la valla: 60 centímetros.
  - iii) Distancia a la primera valla: 12.00 metros.
  - iv) Separación entre valla y valla: 8.00 metros.
  - v) Distancia de la última valla a la meta: 8.00 metros.
- e) 80 metros con vallas.
  - i) Número de vallas: 8.
  - ii) Altura de la valla: 68.5 centímetros (mujeres), 76.2 centímetros (hombres).
  - iii) Distancia a la primera valla: 12.30 metros.
  - iv) Separación entre valla y valla: 8.20 metros.
  - v) Distancia de la última valla a la meta: 10.30 metros.
- f) 100 metros con vallas.
  - i) Número de vallas: 10.
  - ii) Altura de la valla: 76.2 centímetros (Renos y Ciervos).
  - iii) Distancia a la primera valla: 13.00 metros.
  - iv) Separación entre valla y valla: 8.50 metros.
  - v) Distancia de la última valla a la meta: 10.50 metros.
- g) 110 metros con vallas.
  - i) Número de vallas: 10.
  - ii) Altura de la valla: 83.4 centímetros (Renos), 91.4 centímetros (Ciervos).
  - iii) Distancia a la primera valla: 13.72 metros.
  - iv) Separación entre valla y valla: 9.14 metros.
  - v) Distancia de la última valla a la meta: 14.02 metros.

26) Relevos.

- a) Para dar fluidez al programa de competencia, se permitirá que en las carreras de relevos corran las dos ramas, con los siguientes criterios:
  - i) Agrupar, primero, las ramas de una misma categoría.
  - ii) Si hubiera espacio suficiente para integrar una siguiente categoría con las dos ramas, se procederá a ello
- b) Conformación de los relevos por categoría.
  - i) Un cuarteto podrá participar con al menos 1 atleta de la categoría. El resto de los atletas deberán ser de categorías inferiores.
- c) Zonas de transferencia y ubicación de los Atletas.
  - i) Para el relevo 4 x 50 metros, no existen zonas de transferencia y los Atletas se colocarán de acuerdo con la siguiente tabla.

| Atleta  | Ubicación                                                                |
|---------|--------------------------------------------------------------------------|
| Primero | Línea de salida para los 200 metros del carril correspondiente.          |
| Segundo | 50 metros después de la línea de salida y en su carril correspondiente.  |
| Tercero | 100 metros después de la línea de salida y en su carril correspondiente. |
| Cuarto  | 150 metros después de la línea de salida y en su carril correspondiente. |

La regla 24.7 de WART no aplicará para los relevos de 4 x 50 metros, lo que significa que los cambios se podrán realizar en cualquier punto de la carrera con la condición de que los cuatro integrantes corran una distancia similar cada uno.

- ii) Para el relevo 4 x 75 metros, las zonas de transferencia estarán marcadas de acuerdo con la siguiente tabla.

| Zona           | Inicio     | Fin        |
|----------------|------------|------------|
| Primer cambio  | 65 metros  | 85 metros  |
| Segundo cambio | 140 metros | 160 metros |
| Tercer cambio  | 215 metros | 235 metros |

- 27) Protestas.
- Toda protesta deberá presentarse antes de la premiación sobre la prueba en cuestión.
  - Toda protesta deberá ser expuesta verbalmente, únicamente, por el delegado de la Escuela en el área de Relaciones Públicas. El responsable de esta área será quien gestione con el área correspondiente la resolución de la inconformidad.
  - Mientras una prueba se encuentre bajo protesta, no se podrá proceder con la premiación.

#### Anexo C: Pruebas a realizarse por competencia.

##### 1) Competencias noneas.

| Pruebas para competencias noneas |         |                                            |
|----------------------------------|---------|--------------------------------------------|
| Categoría                        | Rama    | Pruebas                                    |
| Corzos                           | Hombres | 40 metros, 200 metros, Jabalina            |
| Corzos                           | Mujeres | 40 metros, Balón, Longitud                 |
| Venados                          | Hombres | 50 metros, 400 metros, Altura, Jabalina    |
| Venados                          | Mujeres | 50 metros, 400 metros, Balón, Longitud     |
| Impalas                          | Hombres | 60 metros, 600 metros, Altura y Jabalina   |
| Impalas                          | Mujeres | 60 metros, 600 metros, Balón y longitud    |
| Gacelas                          | Hombres | 75 metros, 800 metros, Altura y Jabalina   |
| Gacelas                          | Mujeres | 75 metros, 800 metros, Balón y longitud    |
| Alces                            | Hombres | 100 metros, 1000 metros, Altura y Jabalina |
| Alces                            | Mujeres | 100 metros, 1000 metros, Bala y Longitud   |
| Renos                            | Hombres | 100 metros, 1500 metros, Altura y Jabalina |
| Renos                            | Mujeres | 100 metros, 1500 metros, Bala y Longitud   |
| Ciervos                          | Hombres | 100 metros, 1500 metros, Altura y Jabalina |
| Ciervos                          | Mujeres | 100 metros, 1500 metros, Bala y Longitud   |

##### 2) Competencias pares.

| Pruebas para competencias pares |         |                                                     |
|---------------------------------|---------|-----------------------------------------------------|
| Categoría                       | Rama    | Pruebas                                             |
| Corzos                          | Hombres | 30 metros con vallas, Balón y Longitud              |
| Corzos                          | Mujeres | 200 metros, 30 metros con vallas y Jabalina         |
| Venados                         | Hombres | 150 metros, 40 metros con vallas, Balón y Longitud  |
| Venados                         | Mujeres | 150 metros, 40 metros con vallas, Altura y Jabalina |
| Impalas                         | Hombres | 200 metros, 50 metros con vallas, Balón, Longitud   |
| Impalas                         | Mujeres | 200 metros, 50 metros con vallas, Altura, Jabalina  |
| Gacelas                         | Hombres | 300 metros, 60 metros con vallas, Balón, Longitud   |
| Gacelas                         | Mujeres | 300 metros, 60 metros con vallas, Altura, Jabalina  |
| Alces                           | Hombres | 400 metros, 80 metros con vallas, Bala, Longitud    |
| Alces                           | Mujeres | 400 metros, 80 metros con vallas, Altura, Jabalina  |
| Renos                           | Hombres | 400 metros, 100 metros con vallas, Bala, Longitud   |
| Renos                           | Mujeres | 400 metros, 100 metros con vallas, Altura, Jabalina |
| Ciervos                         | Hombres | 400 metros, 110 metros con vallas, Bala, Longitud   |
| Ciervos                         | Mujeres | 400 metros, 100 metros con vallas, Altura, Jabalina |

##### 3) Relevos.

| Relevos por competencia |                   |                                              |
|-------------------------|-------------------|----------------------------------------------|
| Categoría               | Rama              | Evento y prueba                              |
| Corzos                  | Hombres y Mujeres | Competencia 1, 3 y 5 / Relevos 4 x 50 metros |
| Venados                 | Hombres y Mujeres | Competencia 1, 3 y 5 / Relevos 4 x 50 metros |
| Impalas                 | Hombres y Mujeres | Competencia 2, 4 y 6 / Relevos 4 x 75 metros |
| Gacelas                 | Hombres y Mujeres | Competencia 2, 4 y 6 / Relevos 4 x 75 metros |
| Alces                   | Hombres y Mujeres | Competencia 1, 3 y 5 Relevos 4 x 100 metros  |
| Renos                   | Hombres y Mujeres | Competencia 1, 3 y 5 Relevos 4 x 100 metros  |
| Ciervos                 | Hombres y Mujeres | Competencia 1, 3 y 5 Relevos 4 x 100 metros  |

**Anexo D: Acceso al público en general para observar de cerca los lanzamientos y el salto de altura.**

- 1) El acceso de espectadores se hará a través de la cámara de llamadas.
- 2) Los espectadores deberán estar en cámara de llamadas a la hora indicada para cámara de llamadas en el programa de competencia.
- 3) Una persona escoltará y estará al pendiente de los espectadores.
- 4) No se podrá abandonar la zona hasta que la prueba haya terminado.
- 5) No se proveerán toldos para los espectadores.
  - a) Se sugiere llevar sombrillas.
- 6) Habrá que permanecer todo el tiempo que dure la competencia en el área designada para los espectadores.

**Anexo E: Código de conducta.**

- 1) Cada atleta se compromete siempre a:
  - a) Dar lo mejor de sí en cada prueba en la que participe.
- 2) Cada entrenador y representante de Escuela se compromete siempre a:
  - a) Fomentar el diálogo ante cualquier situación que requiera comunicarse con los organizadores, jueces y colaboradores.
- 3) Cada espectador se compromete siempre a:
  - a) Apoyar de manera positiva a todos los atletas.
- 4) Cada colaborador, juez y directivo se compromete siempre a:
  - a) Seguir las reglas establecidas en esta convocatoria y por nuestro deporte.
- 5) Cada persona se compromete siempre a:
  - a) Tener una comunicación constructiva.
  - b) Ser respetuosa y amable con el resto de las personas.
  - c) Obedecer las reglas establecidas en el lugar de la competencia.
- 6) El presente Código de Conducta podrá ser modificado y mejorado con la anuencia de entrenadores y coordinadores de las Escuelas y los directivos de Liga Cantabria.

**Anexo F: Carta responsiva, manejo de imagen y datos personales.**

- 1) Le será enviado a cada escuela, en conjunto con la hoja de Registro de Atletas, el aviso de privacidad para uso de datos personales y carta responsiva de participación para nuevos atletas.
- 2) Dichos documentos deben ser completados, firmados y enviados a [contacto@lcai.mx](mailto:contacto@lcai.mx) antes de cada competencia

