

MICRO ARP 2023

12^a COPA NINS SNOWKIDS CUP



FCEH

Federació Catalana
Esports Hivern



Club
d'Esquí
Nòrdic
l'Arp



ESTACIÓ D'ESQUÍ NÒRDIC



INFORMACIÓ BÀSICA

- **5a prova de la 12^a Copa Nins SnowKids CUP de la FCEH**
- **Data:** 4 de març del 2023
- **Lloc:** estació d'esquí nòrdic de Tuixent la Vansa
- **Tipus de cursa:** team sprint (cursa de relleus per parelles mixtes)
- **Tècnica:** lliure
- **Circuit:** si les condicions de la neu ho permeten, es farà a la part baixa de l'estació.

DESCRIPCIÓ I NORMATIVA

- Es desenvoluparà una prova de relleus per parelles mixtes en estil lliure per a corredors/es des de les categories de U16 fins a U6. La primera persona en esquiar serà el noi i la segona la noia i s'aniran alternant fins a completar les voltes programades.
- En les categories U16 i U14 cada parella estarà formada per un noi i una noia preferentment del mateix club. Per fomentar la participació es podran fer parelles amb corredors de diferent club.
- En les categories de U12 a U6 cada parella estarà formada per un nen i una nena preferentment del mateix club. Per garantir la participació del màxim nombre de corredors/es es permetran parelles amb esquiadors de diferent club.
- Aquesta prova forma part de la copa Snowkids de la FCEH i es regirà en base a les normes FIS adaptades a les característiques i peculiaritats específiques d'aquesta prova. Tanmateix, també es regirà pel reglament aprovat per la FCEH en relació amb les curses Snowkids del calendari 2022-2023.

INSCRIPCIONS I TARIFES

Tarifes:

- 5€ Federats o amb TARGENEU/MULTIRISC.
- 7€ No Federats (llicència de dia inclosa).

Les inscripcions es tramiten pel següent enllaç: **FORMULARI INSCRIPCIONS**

* Les inscripcions s'hauran de fer INDIVIDUALMENT i seguidament l'entrenador del club enviarà un document excel amb les parelles al mail del CENA: clubcena1@gmail.com

*En el cas de parelles interclubs un dels entrenadors es farà responsable d'enviar les dades de la parella.

Les inscripcions es tancaran a les 24:00h del dimecres 1 de març.

La inscripció no estarà degudament completa sense haver realitzat els dos tràmits esmentats.



RECOLLIDA DE DORSALS I HORARIS

La recollida de dorsals es farà el mateix dia a la sortida de la prova a partir de les 9:30.

Horaris:

- 9:30 – 10:20: reconeixement de circuit
- 10:30: Cursa categoria U16
- 11:00: Cursa categoria U14
- 11:45 Cursa categoria U6
- 12:05 Cursa categoria U8
- 12:30 Cursa categoria U10
- 13:00 Cursa categoria U12
- 14:30 Repartiment de premis i obsequis a la base de l'estació

DISTÀNCIES

U16

2 X 3 voltes
de 1000m

U12

2 X 3 voltes
de 500m

U8

2 X 2 voltes
de 300m

U14

2 X 3 voltes
de 1000m

U10

2 X 3 voltes
de 500m

U6

2 x 1 volta
de 300m



FCEH
Federació Catalana
Esports Hivern



Club
d'Esquí
Nòrdic
l'Arp



DESENVOLUPAMENT DE LA PROVA

- **10:00 Reunió caps d'equip:** Al no tractar-se d'una cursa FIS i/o Estatal només es realitzarà la reunió in situ, és a dir, no es portarà a terme cap reunió telemàtica el dia previ a la cursa.
- **10:30: Inici de la prova categoria U16 mixta.** El primer relleu el farà el noi, realitzarà una volta al circuit de 1000m i passarà el relleu a la companya tocant amb la mà la seva esquena, dins la zona establerta. La noia realitzarà una volta al circuit de 1000m. Cada membre haurà de realitzar 3 voltes. El temps final es contabilitzarà quan la noia completi la seva tercera volta.
- **11:00 Prova categoria U14 mixta.** El primer relleu el farà el noi, realitzarà una volta al circuit de 1000m i passarà el relleu a la companya tocant amb la mà la seva esquena, dins la zona establerta. La noia realitzarà una volta al circuit de 1000m. Cada membre haurà de realitzar 3 voltes. El temps final es contabilitzarà quan la noia completi la seva tercera volta.
- **11:45 Prova categoria U6 mixta.** Cada membre de la parella realitzarà 1 volta al circuit de 300m de forma alternada. El relleu es passa tocant al company/a amb la mà a l'esquena, dins la zona establerta.

DESENVOLUPAMENT DE LA PROVA

- **12:05 Prova categoria U8 mixta.** Cada membre de la parella realitzarà 2 voltes al circuit de 300m de forma alternada. El relleu es passa tocant al company/a amb la mà a l'esquena, dins la zona establerta.
- **12:30 Prova categoria U10 mixta.** Cada membre de la parella realitzarà 3 voltes al circuit de 500m de forma alternada. El relleu es passa tocant al company/a amb la mà a l'esquena, dins la zona establerta.
- **13:00 Prova categoria U12 mixta.** Cada membre de la parella realitzarà 3 voltes al circuit de 500m de forma alternada. El relleu es passa tocant al company/a amb la mà a l'esquena, dins la zona establerta.

CLASSIFICACIONS I PREMIS

- Prova puntuable pel circuit Snowkids de la FCEH.
- Premis per les tres primeres parelles de les categories U16 i U14.
- A la resta de categories l'organització els oferirà un obsequi participatiu.

DUBTES I ACLARIMENTS

Podeu escriure un correu electrònic a clubcena1@gmail.com

