

## ESCOLA DE ATLETISMO – LUCUS CAIXA RURAL GALEGA

– Calendario de probas para a Tempada 2024/25 –

Neste documento preséntanse as probas 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. Irase actualizando durante a Tempada a medida que se vaian confirmando as datas. Ao final do documento achégase o **PROTOCOLO DE ACTUACIÓN en caso de accidente deportivo**, de obrigado coñecemento e cumprimento para as familias.

### Resumo das principais probas

<b>Xunta de Galicia – XOGADE</b> Proba escolar e federada	<b>Federación Galega de Atletismo (FGA)</b> Proba federada
<b>CAMPO A TRAVÉS (CT) / CROS</b> Teñen lugar na tempada de pista curta (PC). Polo xeral, celébrase unha xornada Preparatoria individual, unha Clasificatoria individual e por equipos, o Campionato Provincial e o Campionato de Galicia.	<b>CAMPIONATO DE GALICIA DE CLUBS</b> Polo xeral, celébrase unha proba en pista curta e outra en pista ao aire libre. É unha <b>proba por equipos</b> na que participan os clubs con mellores marcas de Galicia, de aí a importancia de participar nos controis durante a tempada. Asígnase un atleta por proba e suman puntos para o equipo.
<b>ATLETISMO EN PISTA</b> Teñen lugar na tempada de pista en aire libre (AL). Polo xeral, celébranse dúas xornadas clasificatorias, o Campionato Provincial e de Probas Combinadas e o Campionato de Galicia.	<b>CAMPIONATO DE GALICIA INDIVIDUAL</b> Polo xeral, celébrase unha proba en PC e outra en AL. É unha <b>proba individual</b> 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.
	<b>OUTRAS (controis de marcas, etc.)</b> Teñen lugar tanto en PC como en AL. Organízanse desde as distintas delegacións provinciais ou desde os propios clubs de atletismo. Por exemplo: Copa Deputación de Lugo, Control de Marcas (...), etc.

## Calendario provisional de probas para a Tempada 2024/25

Para as categorías SUB10, SUB12 e SUB14 (2017 a 2012).

Para a SUB8 (2019-2018) pode haber algunha proba, pero adoita ser non competitiva.

**LEENDA:**

En verde as datas e probas confirmadas pola FGA, Xunta de Galicia, organización da proba, etc. [INSCRIPCIÓN POR DEFECTO].

En azul as datas e probas confirmadas no calendario oficial. [INSCRIPCIÓN VOLUNTARIA].

En amarelo as datas e probas pendentes de confirmación/publicación no calendario oficial da FGA, Xunta de Galicia, etc.

En vermello os días festivos, vacacións, non lectivos, etc. (NON hai adestramentos - Categorías SUB8 a SUB14 da Escola de Atletismo)

En destacado as modificacións que teñan lugar durante a tempada na data, proba, lugar, etc.

	L	M	Mé	X	V	S	D	[ Actualizado a 28 outubro 2024 ]
<b>SETEMBRO</b>	2	3	4	5	6	7	8	
	9	10	11	12	13	14	15	
	16	17	18	19	20	21	22	17/set – INICIO actividade ESCOLA LUCUS Tempada 2024/25
	23	24	25	26	27	28	29	
	30	1	2	3	4	5	6	
<b>OUTUBRO</b>	7	8	9	10	11	12	13	
	14	15	16	17	18	19	20	
	21	22	23	24	25	26	27	27/out – Preparatoria Campo a Través XOGADE (individual) – Lugo
	28	29	30	31	1	2	3	31/out – Día non lectivo   2-3/nov – Cross Nacional Ponte Romana – Lugo
<b>NOVEMBRO</b>	4	5	6	7	8	9	10	
	11	12	13	14	15	16	17	16/nov – C. Galicia Marcha en Pista Inverno (SUB10/12/14) – Pontevedra
	18	19	20	21	22	23	24	
	25	26	27	28	29	30	1	1/dec – Clasificatoria Campo a Través XOGADE (individual e equipos) – Lugo
<b>DECEMBRO</b>	2	3	4	5	6	7	8	
	9	10	11	12	13	14	15	15/dec – C. Provincial Campo a Través XOGADE (individual/equipos)
	16	17	18	19	20	21	22	21/dec – Trofeo ABANCA Menores Inverno PC (equipos) – Ourense
	23	24	25	26	27	28	29	VACACIÓNS DE NADAL
	30	31	1	2	3	4	5	
<b>XANEIRO</b>	6	7	8	9	10	11	12	11/xan – C. Galicia Campo a Través XOGADE (só SUB12/14) [escolar]
	13	14	15	16	17	18	19	19/xan – C. Galicia Campo a Través Menores (SUB10/12/14) [federado]
	20	21	22	23	24	25	26	
	27	28	29	30	31	1	2	
<b>FEBREIRO</b>	3	4	5	6	7	8	9	9/feb – Campionato de Galicia Marcha en Ruta (SUB10/12/14)
	10	11	12	13	14	15	16	
	17	18	19	20	21	22	23	
	24	25	26	27	28	1	2	
<b>MARZO</b>	3	4	5	6	7	8	9	ENTROIDO   8/mar – C. Galicia SUB10/12 Pista Curta (individual) – Ourense 9/mar – C. Galicia SUB14 Pista Curta (individual) – Ourense
	10	11	12	13	14	15	16	
	17	18	19	20	21	22	23	
	24	25	26	27	28	29	30	

	31	1	2	3	4	5	6	
ABRIL	7	8	9	10	11	12	13	
	14	15	16	17	18	19	20	SEMANA SANTA
	21	22	23	24	25	26	27	
	28	29	30	1	2	3	4	
MAIO	5	6	7	8	9	10	11	
	12	13	14	15	16	17	18	
	19	20	21	22	23	24	25	24/maio – <u>Campionato Galicia SUB10/12 Aire Libre (individual)</u>
	26	27	28	29	30	31	1	
XUÑO	2	3	4	5	6	7	8	
	9	10	11	12	13	14	15	14/xuñ – <u>Campionato Galicia Clubs SUB10/12 Aire Libre (equipos)</u> 15/xuñ – <u>Campionato Galicia SUB14 Aire Libre (individual)</u>
	16	17	18	19	20	21	22	<b>20/xuñ – FIN actividade ESCOLA LUCUS Tempada 2024/25</b> [Posibilidade de <b>adestramentos SUB14 a última semana de xuño</b> por Campionato]
	23	24	25	26	27	28	29	29/xuñ – <u>Campionato Galicia Clubs SUB14 Aire Libre (equipos)</u>

**PENDENTE DE DATA:**

- *Febreiro:* Copa Deputación de Lugo Categorías SUB10/12/14
- *Marzo/abril:* Clasificadoras Atletismo en Pista XOGADE – Lugo (4 xornadas, adoitan ser domingos)
- *Maio/principios de xuño:* Campionato Provincial Atletismo en Pista XOGADE – Lugo

## INSCRICIÓN DOS/AS ATLETAS

Co obxectivo de animar ao maior número de atletas a participar nas probas que teñen lugar durante a tempada (entendidas sempre como unha actividade complementaria á planificación anual da Escola de Atletismo, que nos permite 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 probas sinaladas en verde da 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 CUMPRAN 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 **comunicarllo 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.

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 ESTRICAMENTE AS INSTRUCIÓN DO PROTOCOLO.**

+ Máis información

[Enlace aquí](#)