

Reglamento Técnico

Salto de Longitud



Índice

Introducción	2
Estructura de la Prueba de Salto de Longitud	2
Objeto	2
Descripción	2
Duración	2
Normas	2

Introducción

En este documento se va a desarrollar el reglamento técnico por el que se regirá la prueba individual de Salto de Longitud de las Olimpiadas Escolares de Villaverde.

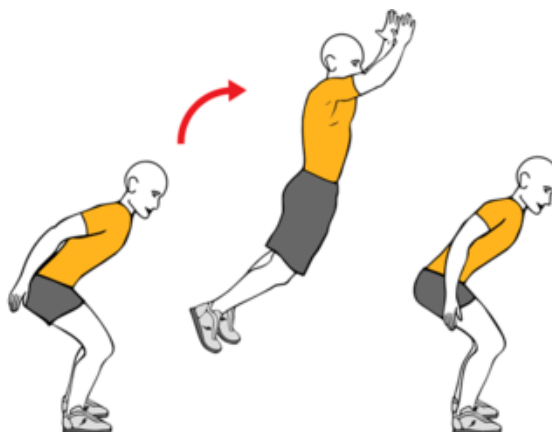
Estructura de la Prueba de Salto de Longitud

Objeto

Esta prueba de atletismo tiene como objetivo que el/la atleta, realizando una técnica correcta, realice un salto desde parado lo más lejos posible.

Descripción

En la prueba de salto de longitud los/as atletas partirán de una posición estática. La posición inicial deberá ser con los pies separados a la altura de los hombros, sin sobrepasar la línea límite de salto con la punta de los pies, las rodillas semiflexionadas y los brazos mirando hacia delante. En la ejecución del salto, los brazos se balancearán primero hacia atrás, para después hacerlo hacia delante cogiendo así impulso para el salto. La distancia de salto se medirá desde la parte más retrasada del cuerpo que aterrice tras el salto (talón del pie o cualquier otra parte del cuerpo que toque el suelo en la posición más retrasada).



Duración

La duración de la prueba, teniendo en cuenta las rotaciones por todas las pruebas, el tiempo de explicación de los/as monitores/as de control, la anotación de las marcas, etc. no excederá de los 15 minutos por grupo.

Normas

Los/as atletas deberán seguir las normas que se desarrollan a continuación en la ejecución de la prueba de salto de longitud:

- El/La Atleta tendrá al menos 1 intento
- El/la atleta no podrá sobrepasar con la punta de los pies la línea límite para el salto
- El salto será considerado nulo si el/la atleta se desplaza una vez haya aterrizado después del salto
- La distancia del salto se medirá desde el punto dónde aterrice la parte más retrasada del cuerpo en el suelo
- El/La atleta será descalificado/a si interrumpe/interfiere de forma premeditada el intento de otro/a atleta