

## **VOLTA KIDS Kronogimcana 2023**

La **Volta a Catalunya** i la **Federació Catalana de Ciclisme** organitzen una **Kronogimcana** de Ciclisme de Base els dies **25 i 26 de març de 2023**. Per les categories Prebenjamí, Benjamí, Principiant, Aleví i Infantil, masculí i femení. Es regiran pel reglament de la FCC. Tots els ciclistes participants rebran 1 braçalet per veure l'arribada a la recta de meta, en una zona reservada adhoc, per 1 ciclista i 2 acompanyants majors d'edat responsables.

**La Kronogimcana del dissabte 25 de març** serà puntuable per la **Copa Catalunya Infantil Ruta**. Les inscripcions seran a través de la web de la Federació Catalana de Ciclisme.

La prova es disputarà a la recta de meta de Molins de Rei a la N-340.

**Horaris:** Sempre supeditats a les incidències de cursa de l'arribada de la Volta a Catalunya.

- ✓ Control de llicències a les 12h.
- ✓ Sortida del primer ciclista 13h.
- ✓ Finalització abans de les 15:00h
- ✓ Podi a les 15:15h

**La Kronogimcana de diumenge 26 de març** serà per invitació al 60 millors classificats del dia 25 i **NO puntua** per la Copa Catalunya Infantil Ruta.

**Serán convidats els 5 primers nois i noies** de les categories Prebenjamí, Benjamí, Principiants, i Alevins i **els 10 primers en Infants**. En aquelles categories que no hi participin 5 noies, es classificaran els nois fins arribar a 10 participants.

La prova es disputarà a la recta de meta de Barcelona a l'Avda. Rius i Taulet

**Horaris:** Sempre supeditats a les incidències de cursa de l'arribada de la Volta a Catalunya.

- ✓ Control de llicències a les 10h.
- ✓ Sortida del primer ciclista 11:00h
- ✓ Finalització abans de les 12:00h
- ✓ Podi a les 12:10h

### **KRONOGIMCANA**

Podran participar en aquestes competicions totes les categories de promoció.

Estructura Kronogimcana: **Sortida cronometrada** superant les següents zones:

#### **1 Ziga-zaga simple:**

Sobre un total de 8 conus en línia. Distància entre cons: 1'5m.

Penalitzacions: Tirar o tocar 1 : 5" ; Tirar o tocar 2: 10" ; Tirar o tocar 3 o més 25"

#### **2 Pas estret de 5 m:**

Separació del pas estret: 15 cm

Passar pel mig del passadís sense tocar els elements que el delimiten.

Penalitzacions: No fer-ho bé: 10 "

**3 Pas d'alçada:**

Alçada aproximada: 1,3 m

Penalització: 5" si es tira el llistó

**4 Surplace:**

Detenir-se durant 5"

Penalització: No fer-ho: 10"

**5 Volta al cercle.**

Cercle amb un diàmetre de 3m. Fer-hi 1,5 voltes.

Penalització: 15" si es surt del cercle o no completa la 1,5 voltes

**6 Revolt accentuat a la dreta:**

Revolt accentuat delimitat per conus.

Penalització: 10" si es surt de la traçada del revolt

**7 Revolt accentuat a l'esquerra:**

Revolt accentuat delimitat per conus.

Penalització: 10" si es surt de la traçada del revolt

**8 Revolt doble:**

Corba doble delimitada con conus.

Penalització: 10" si es surt de la traçada del revolt

**9. Remolí exocèntric:**

Fer una sèrie de revolts en espiral delimitat per cons havent de passar 3 cops pels cons de sortida.

Penalització: 10" si no es fa alguna de les passes

**10. Sprint de 200-400m** amb gir de 180º fins a la línia de meta

**El vencedor de la prova és aquell o aquella que faci el menor temps, incloent la suma de les penalitzacions, en completar el recorregut.**

Important:

(a) En cas de no fer algun dels exercicis, la penalització serà d' 1 minut més la penalització més alta contemplada per aquell exercici.

(b) En cas d'igualtat, desempata la suma de les penalitzacions a favor de qui en tingui menys.

