



FEDERACIÓ  
CATALANA  
DE FUTBOL



COMITÈ  
TÈCNIC  
D'ÀRBITRES

C. Sicília 93-97, Entresòl  
08013 Barcelona

[www.fcf.cat](http://www.fcf.cat)

T. 93 457 77 04  
F. 93 459 12 44

[arbitres@fcf.cat](mailto:arbitres@fcf.cat)

## TEMPORADA 2020-21

### CIRCULAR NUM.19

Per coneixement general, us comuniquem la convocatòria de PROVES FÍSQUES PELS ÀRBITRES ASSISTENTS DE 3a DIVISIÓ NACIONAL PER PARTICIPANTS EN EL CURS D'ASCENS.

Aquesta convocatòria serà única, és a dir, sense possibilitat d'una altra convocatòria per cap concepte.

**DIA:** 26 de JUNY del 2021 (dissabte)

### PROVES FÍSQUES

**LLOC:** Instal·lacions Olímpia  
c/. Apúlia, s/n  
(SABADELL)

**HORA:** 9:30 hores

**PROVES:**

Velocitat: 5 sèries de 30 metres.

Resistència: Test ariet.

Temps màxim aptitud per sèrie: **4"70**

Tram mínim aptitud: **16,4**

**PONDERACIÓ:**

Prova velocitat :

Masculí :

<u>Trams</u>	<u>Punts</u>
+ 4,70"	No apte
4,60" a 4,70"	0,0200
4,50" a 4,59"	0,0400
4,40" a 4,49"	0,0600
4,30" a 4,39"	0,0800
4,20" a 4,29"	0,1000
- 4,20"	0,1200

Femení:

<u>Trams</u>	<u>Punts</u>
+ 4,70"	No apte
4,65" a 4,70"	0,0200
4,60" a 4,64"	0,0400
4,55" a 4,59"	0,0600
4,50" a 4,54"	0,0800
4,45" a 4,49"	0,1000
- 4,45"	0,1200



Prova Ariet (trams complets):

Masculí:

Trams / Nivell	Punts
-16,4	No apte
16,4	0,0200
16,5	0,0400
16,6	0,0600
16,5.1	0,0800
16,5.2	0,1000
16,5.3	0,1200
16,5.4	0,1400
16,5.5	0,1600
16,5.6	0,1800

Femení:

Trams / Nivell	Punts
-16,4	No apte
16,4	0,0300
16,5	0,0600
16,6	0,1000
16,5.1	0,1400
16,5.2	0,1800

## OBSERVACIONS:

Prova Velocitat:

- Si un àrbitre cau o s'ensopega, repetirà la sèrie.
- Si un àrbitre falla en una de les sis sèries, intentarà solament una sèrie més, immediatament després d'acabar la sèrie de sis. Si falla en dos intents, no superarà la prova.
- No es podran utilitzar sabatilles amb claus en aquesta prova.

Prova ARIET:

- Si una àrbitre rep una amonestació, podrà continuar la prova; una segona amonestació, suposarà la seva eliminació.
- Si una àrbitre renúncia a efectuar un tram, quedarà eliminat de la prova.

Altres instruccions:

- Si un àrbitre es lesiona durant les proves físiques es considerarà convocatòria no superada.
- Un àrbitre en situació de baixa no pot fer les proves físiques, sota cap concepte sense el document d'alta mèdica. En cas de fer-les estan de baixa, incorrerà amb una irregularitat greu, i es considerarà convocatòria no superada a efectes classificatoris.
- No està permès situar-se al costat de les pistes quan no s'està participant en les corresponents proves, i menys posar-se a córrer paral·lelament als participants.
- No està permès la utilització d'arracades, anells, penjolls, etc.; només pot portar-se un rellotge. Els auriculars tampoc estan permesos.
- La mitja dels barems a la prova de velocitat es calcula arrodonida a dos decimals.
- S'han de portar botes de futbol o multi taco. Les proves seran en camp de gespa artificial.



**FEDERACIÓ  
CATALANA  
DE FUTBOL**



**COMITÈ  
TÈCNIC  
D'ÀRBITRES**

C. Sicília 93-97, Entresòl  
08013 Barcelona

[www.fcf.cat](http://www.fcf.cat)

T. 93 457 77 04  
F. 93 459 12 44

[arbitres@fcf.cat](mailto:arbitres@fcf.cat)

## UNIFORMITAT

L'oficial del comitè tècnic:

Proves físiques:	Pantaló blau i samarreta blau cel
Proves tècniques:	Bermuda blanca i polo verd
Xandall:	Macron

El no portar la uniformitat oficial, implicarà la no participació a les proves.

El NO APTE en les proves físiques significarà la suspensió per rebre designacions de la seva categoria i com a àrbitre assistent

El NO APTE pels participants en el en el curs d'ascens, en les proves físiques i/o tècniques, significarà la seva exclusió. En aquesta fase no hi ha opció de repesca.

**P.D.: LA DATA SERÀ MODIFICADA SI LA NORMATIVA DE L'AUTORITAT SANITÀRIA NO PERMET FER LES PROVES EL DIA QUE HAN ESTAT CONVOCADES.**

Barcelona, 25 de maig del 2021

Jaume Reverté  
Responsable de l'Àrea de Capacitació

FEDERACIÓ  
CATALANA  
DE FUTBOL