



**FEDERACIÓ
CATALANA
DE FUTBOL**



**COMITÈ
TÈCNIC
D'ÀRBITRES**

C. Soler 24 Entresòl
43001 Tarragona

www.fcf.cat

T. 977 240 658
F. 977 238 800

tarragona@cta.cat

TEMPORADA 2023-2024

CIRCULAR NUM. 5

(CIRCULAR MODIFICADA 23/01/2024)

Seguint els paràmetres marcats en el "Procediment Classificatori" i el "Planning i Marques de les proves físiques i tècniques" d'aquesta temporada, us comuniquem la convocatòria de les següents proves físiques i tècniques pels àrbitres de **3a CATALANA**:

PROVES FÍSQUES (obligatòries i puntuables)

Delegació de Tarragona i Sotsdelegació de Terres de l'Ebre

Dia: Dijous, 01/02/2024

Grup 1: Àrbitres amb cognoms compresos entre les lletres (A-P)

Grup 2: Àrbitres amb cognoms compresos entre les lletres (R-Z) i també tots els àrbitres de la Sots- delegació de Terres de L'Ebre

Convocatòria: 19:00 hores (Grup 1) - 20:00 hores (Grup 2)

Hora d'Inici: 19:15 hores (Grup 1) - 20:15 hores (Grup 2)

Lloc: C.N. Reus Ploms.
Av. Marià Fortuny, 5
REUS

Proves:

APTE per rebre designacions:

Velocitat (6x40 metres): màxim per sèrie: 5.90" (masculí) / 6.70" (femení)

Resistència (2.000 metres): màxim: 8'15" (masculí) / 9'15" (femení)



**FEDERACIÓ
CATALANA
DE FUTBOL**



**COMITÈ
TÈCNIC
D'ÀRBITRES**

C. Soler 24 Entresòl
43001 Tarragona

www.fcf.cat

T. 977 240 658
F. 977 238 800

tarragona@cta.cat

APTE per a participar al curs d'ascens (eliminatòria):

Velocitat (6x40 metres): màxim per sèrie: 5.80" (masculí) / 6.60" (femení)

Resistència (2.000 metres): màxim: 8'00" (masculí) / 9'00" (femení)

BAREMS Curs d'ascens

Prova de velocitat

Ponderació mitjana 6 sèries:

<u>Trams</u>	<u>Punts</u>
Mitjana sèries	Masculí
+ 5.80"	0,0000
5.76" a 5.80"	0,0100
5.71" a 5.75"	0,0150
5.66" a 5.70"	0,0200
5.61" a 5.65"	0,0250
5.56" a 5.60"	0,0300
5.51" a 5.55"	0,0350
5.46" a 5.50"	0,0400
5.41" a 5.45"	0,0450
5.36" a 5.40"	0,0500
5.31" a 5.35"	0,0550
5.26" a 5.30"	0,0600
5.21" a 5.25"	0,0650
5.16" a 5.20"	0,0700
5.11" a 5.15"	0,0750
5.10"-	0,0800

<u>Trams</u>	<u>Punts</u>
Mitjana sèries	Femení
+ 6"60	0,0000
6"51 a 6"60	0,0400
6"41 a 6"50	0,0440
6"31 a 6"40	0,0480
6"21 a 6"30	0,0520
6"11 a 6"20	0,0560
6"01 a 6"10	0,0600
5"91 a 6"00	0,0640
5"81 a 5"90	0,0680
5"71 a 5"80	0,0720
5"61 a 5"70	0,0760
5"60 o -	0,0800

Prova de resistència

Ponderació:

<u>Trams</u>	<u>Punts Masculí</u>
+ 8'00"	0,0000
7'56" a 8'00"	0,0100

<u>Trams</u>	<u>Punts Femení</u>
+ 9'00"	0,0000
8'51" a 9'00"	0,0350



FEDERACIÓ
CATALANA
DE FUTBOL



COMITÈ
TÈCNIC
D'ÀRBITRES

C. Soler 24 Entresòl
43001 Tarragona

www.fcf.cat

T. 977 240 658
F. 977 238 800

tarragona@cta.cat

7'51" a 7'55"	0,0150
7'46" a 7'50"	0,0200
7'41" a 7'45"	0,0250
7'36" a 7'40"	0,0300
7'31" a 7'35"	0,0350
7'26" a 7'30"	0,0400
7'21" a 7'25"	0,0450
7'16" a 7'20"	0,0500
7'11" a 7'15" -	0,0550
7'06" a 7'10"	0,0600
7'01" a 7'05"	0,0650
7'00"-	0,0700

8'41" a 8'50"	0,0400
8'31" a 8'40"	0,0450
8'21" a 8'30"	0,0500
8'11" a 8'20"	0,0550
8'01" a 8'10"	0,0600
7'51" a 8'00"	0,0650
7'50"-	0,0700

Observacions:

Prova Velocitat:

- Si un àrbitre cau o s'ensopega, repetirà la sèrie.
- Si un àrbitre falla en una de les sis series, 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.

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.
- Els àrbitres no tindran accés al Parking de les instal·lacions del C.N. Reus Ploms, donat que només està habilitat pels seus socis.



**FEDERACIÓ
CATALANA
DE FUTBOL**



**COMITÈ
TÈCNIC
D'ÀRBITRES**

C. Soler 24 Entresòl
43001 Tarragona

www.fcf.cat

T. 977 240 658
F. 977 238 800

tarragona@cta.cat

PROVES TÈCNiques (NOMÉS PER CLASSIFICATS PER ASCENS)

Delegació de Tarragona i Sotsdelegació de Terres de l'Ebre

Dia: Divendres, 02/02/2024

Hora d'Inici: 20.00 hores

Lloc: Aula del CTA de la Delegació de Tarragona ó de la Sotsdelegació de Terres de l'Ebre segons l'adscripció de l'àrbitre.

Prova Regles de Joc, Reglaments Federatius FCF i Reglament del CTA de l'FCF:

- Prova pregunta tipus test
 - 25 preguntes tipus test temporalitzat per-pregunta
 - Puntuació màxima 0,20

 - Apte: mínim 75% del total del 1er i 2 ón control
 - Temari Regles de Joc
 - Totes les publicacions i/o instruccions procedents d'un canal de divulgació per part d'IFAB i/ o del CTA de la R.F.E.F. en referència a les Regles de Joc
 - Temari reglament General de la FCF
 - Títol ix. Capítols 1er, 2 ón, 3er, 4rt i 5é

La uniformitat serà l'oficial del comitè tècnic. El no portar-la, implicarà la no participació a les proves.

El NO APTE en les proves físiques d'aptitud suposarà la suspensió de designacions de la pròpia categoria, inclòs del mateix cap de setmana. Només podrà rebre designacions de la categoria 4a Catalana o inferiors. En el cas de no superar les proves físiques en 2a convocatòria suposarà la suspensió total de designacions.

En 2a convocatòria de proves físiques s'aplicarà, en tots els casos, una penalització del 30% sobre la puntuació obtinguda segons barem, excepte que sigui a conseqüència d'una baixa mèdica superior a 3 mesos, certificada per un metge col·legiat o per la Mutualitat Catalana de Futbolistes, o designació oficial que els hagi impossibilitat realitzar-les.

En el cas que els no presentats a la convocatòria estigui motivat per una lesió o malaltia superior a 3 mesos, certificada per un metge col·legiat o per la Mutualitat Catalana de Futbolistes, o designació



**FEDERACIÓ
CATALANA
DE FUTBOL**



**COMITÈ
TÈCNIC
D'ÀRBITRES**

C. Soler 24 Entresòl
43001 Tarragona

www.fcf.cat

T. 977 240 658
F. 977 238 800

tarragona@cta.cat

oficial, que els impossibilita realitzar-la, seran convocats el més aviat possible després d'una total recuperació i de tenir l'alta mèdica.

En el cas que les àrbitres de 1ª Divisió Femenina i 1ª Divisió RFEF femenina estiguin convocades per fer-les al CTA de la RFEF entre dues setmanes abans o dues setmanes després tindran aquestes proves convalidades si han superat les marques corresponents en el cas de l'aptitud o en el cas de la participació en el curs d'ascens, aportant un document de l'àrea física del CTA de la RFEF on figurin els detalls dels temps realitzats en el cas que siguin puntuables a efectes classificatoris.

En el cas de ser proves físiques de característiques diferents, i només en el cas que aquestes proves es realitzin dues setmanes anteriors o posteriors a la convocatòria de proves físiques del CTA de la RFEF, seran convocades el més aviat possible per realitzar-les si no han estat realitzades el dia de la convocatòria.

SEGONA CONVOCATÒRIA PROVES FÍSQUES D'APTITUD (REPESCA)

Delegació de Tarragona i Sotsdelegació de Terres de l'Ebre

PROVES FÍSQUES

Dia: Dijous, 07/03/2024

Convocatòria: 19.30 hores

Hora d'inici: 20:00 hores

Lloc: C.N. Reus Ploms.
Av. Marià Fortuny, 5
REUS

INSTRUCCIONS, OBSERVACIONS I BAREMS

Els corresponents a les proves de primera convocatòria, indicats anteriorment en aquesta circular.

Tarragona, 19 de desembre de 2023

Vicente Sanz Gutiérrez
Delegat Provincial de Tarragona

Zoltan Szeibert
Responsable Àrea de Capacitació