CONSELL ESPORTIU del Baix Llobregat

Juga VERD PLAY

NORMATIVA TÈCNICA



esportcat · Generalitat de Catalunya · Diputació Barcelona · Consell Comarcal del Baix Llobregat · UCEC Unió de Consells Esportius de Catalunya · Jo sempre hi guanyo. l'esport de valors

Índex

Índex 2
Calendari 3
Categories convocades a fase comarcal 3
Inscripcions a fase comarcal 3
Normes de competició a fase comarcal 4
Classificacions 9
Manifest de valors als esports individuals 10
Hàbits saludables 11
Protocòl d'actuació en cas d'accident 14
Documentació 20
Organitzadors 20
Aspectes jurídics i esportius 20
Altres disposicions 20

CALENDARI

FASE COMARCAL

- Data per confirmar (Seu per confirmar)
- Data per confirmar (Seu per confirmar)
- Data per confirmar (Seu per confirmar)

CATEGORIES CONVOCADES A FASE COMARCAL

	Ed. Inf.	Pre-Benj.	Benjamí	Aleví	Infantil	Cadet	Juvenil
Aplicació	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

Els anys de cada una de les categories es defineixen a la Normativa Comarcal del CEBLLOB.

La participació està oberta a tothom.

INSCRIPCIONS A FASE COMARCAL

- Les inscripcions s'hauran de tramitar mitjançant un document Excel que es farà arribar cada vegada que s'obri una inscripció.

- Els/les atletes s'hauran d'inscriure a les proves que vulguin participar convocades en aquella jornada i que corresponguin al seu any de naixement.

- El període d'inscripció comença 15 dies abans de la jornada i finalitza el diumenge anterior a aquesta.

- Un cop tancat el termini d'inscripció no s'acceptaran més inscripcions.

NORMES DE COMPETICIÓ A FASE COMARCAL

1. MODALITATS

La competició d'atletisme es convoca en modalitat individual i per equips.

En la modalitat individual, totes les categories disputaran proves combinades en categoria masculina i femenina. Cada esportista participarà en les tres proves corresponents i obtindrà una única classificació de combinada.

La combinada inclou una cursa de velocitat o resistència, un salt i un llançament. Aquest format fomenta la polivalència, evita l'especialització prematura i garanteix una experiència atlètica comuna a totes les edats.

En la modalitat per equips es podrà convocar un relleu al final de la jornada. El resultat del relleu no formarà part de la puntuació individual de la combinada.

2. PROVES

2.1 Proves combinades individuals

Les proves de la combinada, en categoria femenina i masculina, són les següents. Els anys de naixement es mantenen en aquest quadre perquè determinen tècnicament les proves, distàncies i pesos corresponents.

ANY DE NAIXEMENT	CURSES	SALTS	LLANÇAMENT
2019	60 m.ll o 400 m.ll	Llargada	Vòrtex: 130 g
2018	60 m.ll o 400 m.ll	Llargada	Vòrtex: 130 g
2017	60 m.ll o 600 m.ll	Llargada o alçada	Pes: masculí 2 kg / femení 2 kg
2016	60 m.ll o 600 m.ll	Llargada o alçada	Pes: masculí 2 kg / femení 2 kg
2015	60 m.ll o 1.000 m.ll	Llargada o alçada	Pes: masculí 3 kg / femení 2 kg
2014	60 m.ll o 1.000 m.ll	Llargada o alçada	Pes: masculí 3 kg / femení 2 kg
2013	60 m.ll o 1.000 m.ll	Llargada o alçada	Pes: masculí 4 kg / femení 3 kg
2012	60 m.ll o 1.000 m.ll	Llargada o alçada	Pes: masculí 4 kg / femení 3 kg
2011	60 m.ll o 1.000 m.ll	Llargada o alçada	Pes: masculí 4 kg / femení 3 kg
2010	60 m.ll o 1.000 m.ll	Llargada o alçada	Pes: masculí 4 kg / femení 3 kg

Tots/es els/les esportistes hauran de participar en les tres proves per poder optar a la classificació final de la combinada. Les tres proves tindran el mateix pes en la classificació.

2.2 Relleus

La competició per equips podrà incloure relleus masculins, femenins i mixts, amb classificacions separades.

CATEGORIA	RELLEU
Benjamí	4 x 60 m
Aleví	4 x 60 m
Infantil	4 x 80 m
Cadet	4 x 100 m
Juvenil	4 x 100 m

Cada esportista podrà córrer dos relleus: el corresponent al seu gènere i el mixt.

Per ser considerat mixt, el relleu haurà d'estar format per dos components masculins i dos femenins. L'ordre serà: masculí - femení - masculí - femení.

El relleu, quan es convoqui, serà la darrera activitat de la jornada.

3. DESENVOLUPAMENT TÈCNIC DE LES PROVES

3.1 Curses

Es disputaran les sèries necessàries segons el nombre d'esportistes inscrits/es. La classificació de cada prova s'establirà en funció del temps, de menor a major.

Sempre que sigui possible s'utilitzarà cronometratge electrònic. Si s'utilitza cronometratge manual, el mateix sistema s'aplicarà a totes les sèries de la categoria.

La sortida es podrà efectuar dreta o amb les mans recolzades sobre la pista, amb tacs de sortida o sense.

S'aplicarà sortida única. En cas de sortida anticipada, s'aplicarà una penalització de 5 segons al temps realitzat, sense expulsió automàtica, llevat de conducta reiterada o perillosa.

Cada esportista haurà de córrer pel seu carrer de principi a fi. Sortir del carrer només comportarà penalització o desqualificació si s'obté avantatge, s'obstaculitza una altra persona o es genera risc.

3.2 Salt de llargada

Cada esportista efectuarà 3 intents sense millora i es registrarà la millor marca vàlida.

Es podrà utilitzar taula o zona de batuda segons la instal·lació. La convocatòria ho indicarà prèviament.

3.3 Salt d'alçada

L'alçada inicial del llistó serà la següent:

ANYS DE NAIXEMENT	ALÇADA INICIAL
2018 i 2019	0,80 m
2016 i 2017	0,90 m
2014 i 2015	1,05 m
2012 i 2013	1,15 m
2010 i 2011	1,15 m

La cadència de pujada serà de 10 cm en 10 cm fins a les alçades següents; a partir d'aquest punt, passarà a ser de 3 cm en 3 cm:

ANYS DE NAIXEMENT	CANVI DE CADÈNCIA A
2018 i 2019	1,10 m
2016 i 2017	1,20 m
2014 i 2015	1,35 m
2012 i 2013	1,45 m
2010 i 2011	1,45 m

A cada alçada hi haurà 3 intents. Al tercer intent fallit, l'esportista quedarà eliminat/da.

3.4. Llançaments

Cada esportista efectuarà 3 intents sense millora i es registrarà la millor marca vàlida.

4. SISTEMA DE PUNTUACIÓ I CLASSIFICACIÓ

4.1 Classificació de la combinada

En cada prova s'ordenaran les marques de millor a pitjor. La primera posició obtindrà 1 punt; la segona, 2 punts, i així successivament.

La puntuació final serà la suma de les posicions obtingudes a les tres proves. Guanyarà l'esportista que obtingui la suma més baixa.

Quan dos/dues o més esportistes obtinguin la mateixa marca en una prova, compartiran la mateixa posició i la posició següent quedarà vacant.

Una marca nul·la en tots els intents d'un concurs computarà com la darrera posició de la prova, compartida amb la resta d'esportistes en la mateixa situació.

Una no-presentació no justificada en una prova comportarà la no-classificació a la combinada.

4.2 Criteris d'empat

En cas d'empat en la suma final, s'aplicaran els criteris següents, per aquest ordre:

- 1r. Nombre més alt de primeres posicions.
- 2n. Millor posició obtinguda en qualsevol de les tres proves.
- 3r. Segona millor posició obtinguda.

Si l'empat persisteix, la classificació serà ex aequo.

4.3 Classificació esportiva i de valors

ÀMBIT	CLASSIFICACIÓ
Puntuació i classificació esportiva	Classificació per categoria i gènere, ordenada segons el resultat final de la combinada de tres proves.
Puntuació i classificació de valors	Reconeixement, si s'escau, per categoria i gènere a accions puntuals durant la competició.

5. VALORS, INCLUSIÓ I ADAPTACIONS

5.1 Puntuació de valors

Es valoraran les accions de foment del joc net i dels valors de l'esport que es produeixin durant la competició, d'acord amb els criteris establerts per a la valoració dels JEEC.

Es valorarà el comportament dels/de les esportistes, del personal tècnic, de les delegacions i del públic assistent.

Entre les accions i actituds subjectes a valoració i reconeixement es tindran en compte:

- el respecte envers totes les persones participants;
- el tracte adequat als/a les esportistes;
- l'ajuda i la cooperació;
- l'acceptació de les decisions;
- la gestió positiva de l'error i del resultat;
- la cura del material i de l'entorn;
- l'actitud inclusiva;
- el compliment del compromís de participació.

La valoració d'aquestes accions correspondrà a les persones responsables de la valoració dels valors de la competició.

5.2 Adaptacions i coeficients

La categoria de referència i el perfil funcional s'hauran de validar abans de la competició.

Els coeficients s'aplicaran a la marca obtinguda: temps corregit = temps real × coeficient de temps; marca corregida de salt o llançament = marca real × coeficient corresponent. L'expressió «no» indica que la prova no és aplicable al perfil funcional.

CATEGORIA / REF.	DESCRIPCIÓ DEL PERFIL	PERFIL	TEMPS	SALTS	LLANÇ.
T/F11	Esportista amb ceguesa.	1	0,85	1,28	1,3
T/F 12-20-38-45-46	Esportista amb baixa visió / físic lleu / intel·lectual sense afectació motriu / paràlisi cerebral lleu / ambulant.	2	0,92	1,1	1,2
T/F 34-53-54	Esportista amb cadira, tren superior funcional / paraplègia / diplègia / acondroplàsia.	3	0,4	3	no
T/F 51-32-33-52	Esportista amb cadira, tren superior poc funcional o amb el peu / plexe braquial / amputació.	4	0,5	3	no
T/F 35-36-40-41-42-43	Esportista amb afectació del tren inferior ambulant.	5	0,5	2	3
T/F 37-44	Esportista amb afectació de mig cos - hemiplègia / ambulant.	6	0,75	3,5	3,1
T/F 20 *	Resta d'esportistes amb discapacitat intel·lectual no inclosos en altres categories.	7	0,72	2	2
T/F 31	Esportista amb afectació a les quatre extremitats.	8	0,68	2,5	1,9

6. PARTICIPACIÓ, SEGURETAT I INCIDÈNCIES

6.1 Igualtat i adaptacions raonables

L'organització garantirà la igualtat de tracte i la no-discriminació per raó de sexe, identitat o expressió de gènere, origen, capacitat, creença o qualsevol altra condició.

Es facilitaran adaptacions raonables de material, espai, sortida, acompanyament o execució a les persones amb discapacitat o necessitats específiques, preservant la seguretat i el sentit de la prova.

Caldrà que els responsables dels/de les menors indiquin la necessitat d'adaptació en el moment de fer la inscripció.

6.2 Situacions mèdiques

En qualsevol incidència mèdica prevaldrà la salut. Els responsables valoraran si la prova es pot repetir al final de la rotació sense obtenir avantatge.

Si no és possible repetir-la, constarà com a retirada justificada. L'esportista mantindrà el diploma o reconeixement de participació, si s'escau, encara que no aparegui a la classificació final.

6.3. Resolució d'incidències

Els/les jutges/esses i tutors/es aplicaran la normativa amb criteris de coherència, pedagogia i proporcionalitat. Sempre que la seguretat ho permeti, s'informarà abans de sancionar.

Les reclamacions seran presentades pel delegat o delegada de l'entitat dins el termini indicat a la convocatòria.

CLASSIFICACIONS

Les classificacions de la Jornada es podran trobar a la pàgina web del Consell Esportiu del Baix Llobregat www.cebllob.cat a partir del dilluns després de la competició.

MANIFEST DE VALORS ALS ESPORTS INDIVIDUALS

El Consell Esportiu del Baix Llobregat, les entitats i centres educatius associats, els tècnics i les tècniques, els participants i les famílies, en el marc del protocol d'intencions signat entre el Consell Català de l'Esport i la Unió de Consells Esportius de Catalunya per als anys 2026 i 2027, que estableix la implementació d'un programa de valors dins dels Jocs Esportius Escolars de Catalunya per formular un nou sistema de puntuació i classificació que integri indicadors referits a valors i comportaments dels participants, ens comprometem a divulgar i treballar pel compliment d'aquest manifest d'esport escolar.

1. Vetllem pel Joc net, els comportaments esportius i el respecte als participants i als acompanyants.

2. Aprofitem el potencial de la pràctica esportiva per educar mitjançant valors.

3. Tothom té dret a la pràctica esportiva, a fer nous amics i a relacionar-se amb persones d'altres cultures i amb capacitats diverses.

4. Fomentem la tolerància, l'esportivitat, la superació, el respecte, el treball en equip, l'autoestima, l'esforç, la companyonia, entre d'altres, que ens ajuden a formar persones.

5. Adaptem la pràctica esportiva al procés evolutiu dels participants.

6. Valorem l'esforç per fer-ho el millor possible per sobre del resultat. Aprenguem a guanyar i a perdre amb esportivitat.

7. Respectem les regles de joc i vetllem pel seu compliment.

8. Procurem que tots els col·lectius implicats en les competicions d'esport escolar (esportistes, mares i pares, jutges, tècnics i tècniques, etc.) desenvolupin la tasca que cadascú té encomanada de la millor manera possible i amb empatia.

9. Tinguem cura de les instal·lacions i del material i fem-ne un bon ús.

10. Creem un bon ambient entre tots i per sobre de tot, gaudim i passem-nos-ho bé!

Fem-ho bé és cosa de tots!

HÀBITS SALUDABLES

Des del Consell Esportiu del Baix Llobregat volem fomentar els hàbits saludables en l'esport escolar.

Anomenem hàbits saludables a totes aquelles conductes i comportaments que tenim assumides com pròpies i que incideixen pràcticament en el nostre benestar físic, mental i social.

HÀBITS HIGIÈNICS

Des del Consell Esportiu us recomanem uns hàbits higiènics per prevenir accidents, malalties i per respectar el nostre entorn:

- Bona higiene corporal.
- Roba i calçat nets i adequats al tipus d'activitat a realitzar.
- Respectar les normes de seguretat del material i les instal·lacions.

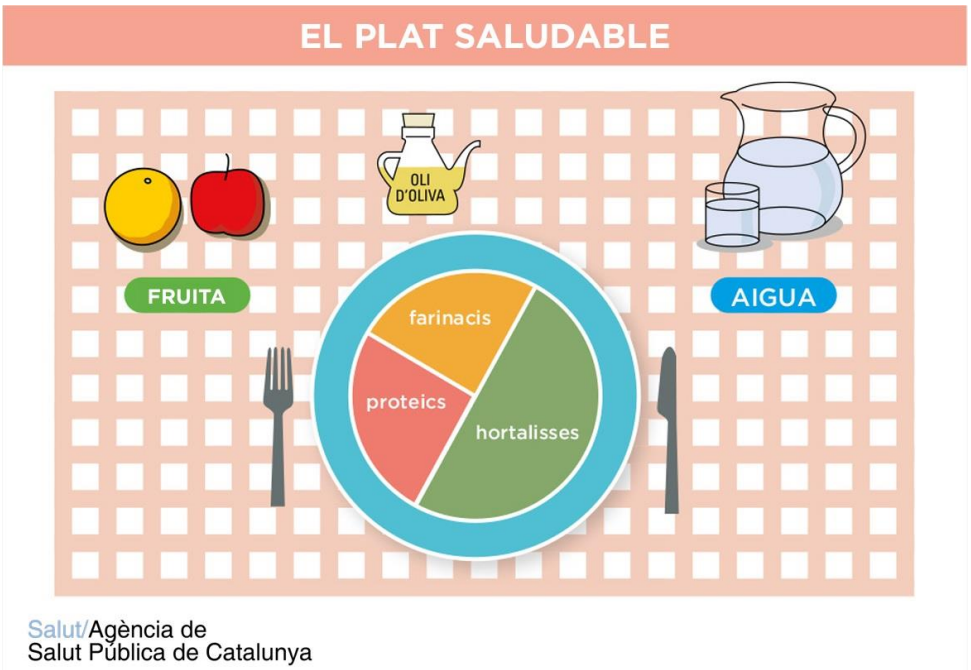
HÀBITS ALIMENTARIS

La pràctica esportiva en edat escolar haurà d'anar sempre acompanyada d'una alimentació saludable. Us recomanem:

- Realitzar almenys 4 ingestes diàries (esmorzar, dinar, berenar i sopar) i respectar els seus horaris. Destinarem el temps necessari per cada menjar, sense presses i mastegant amb calma.

- No menjar abans ni immediatament després de realitzar l'exercici físic.

- Menjar de tot, principalment aliments sans, rics en fibra i vitamines, i evitar greixos, els sucres i els aliments precuinats.



Al nostre entorn, és habitual repartir la ingesta alimentària diària en uns quants àpats, com per exemple: esmorzar, refrigeri de mig matí, dinar, berenar i sopar.

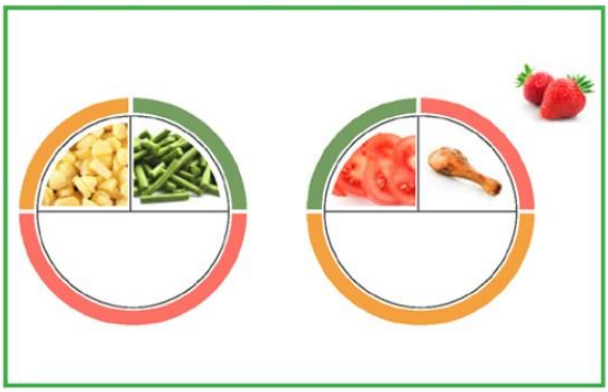
L'estructura tipus dels àpats principals, com el dinar i el sopar, sol ser la següent:

Primer plat: hortalisses, farinacis integrals, llegums o tubercles
Segon plat: aliment proteic (llegums, peix, ous o carn)
Guarnició: hortalisses i/o farinacis integrals (pa, pasta, arròs... integrals), llegums o tubercles (patata, moniato)
Postres: fruita fresca
Pa integral i aigua
Oli d'oliva verge per cuinar i amanir

Exemple d'àpat en un sol plat:



Exemple d'àpat amb un primer plat i un segon plat:



La imatge del plat saludable pot ajudar a visualitzar l'estructura i proporció dels diferents grups d'aliments en un àpat principal. Les possibilitats i combinacions respectant aquesta idea són infinites.

HÀBITS SALUDABLES EN L'ESPORT

L'activitat física regular aporta beneficis a la salut i al benestar de les persones:

- Redueix el risc de patir menys lesions i malalties.
- Augmenta el funcionament del sistema cardiovascular i respiratori.
- Afavoreix l'enfortiment dels ossos i músculs.
- Ajuda a un major equilibri emocional.
- Millora de l'autoestima.

Previ a qualsevol activitat física hem de seguir uns hàbits per disposar les funcions musculars, orgàniques, nervioses i psicològiques:

- Escalfament: Preparar a l'esportista per l'activitat principal. La seva durada dependrà de les condicions físiques de l'esportista, de l'entorn en el qual es vagi a realitzar l'activitat i en la competició en la que es prendrà part.

- Descans: La pràctica esportiva ha d'anar acompanyada sempre d'un període de descans o recuperació de l'exercici físic.

- Dormir les hores necessàries: Es recomanable dormir diàriament de 8 a 10 hores.



PROTOCÒL D'ACTUACIÓ EN CAS D'ACCIDENT

Pòlissa d'accidents ASISA núm. 79396 · Temporada 2026-27

1. QUÈ FEM EN CAS *D'URGÈNCIA VITAL*?

IMPORTANT: Urgència vital. Risc imminent per a la vida o dany irreparable: aneu al centre més proper. Si no és concertat, ASISA es farà càrrec posteriorment de l'assistència.

Atengueu l'accidentat i aviseu la família. Si hi ha risc per a la vida, truqueu al 112 i aneu al centre sanitari més proper. El comunicat i els tràmits venen després.

2. QUÈ FEM EN CAS *D'URGÈNCIA*?

2.1. Adreçar-se a qualsevol centre concertat

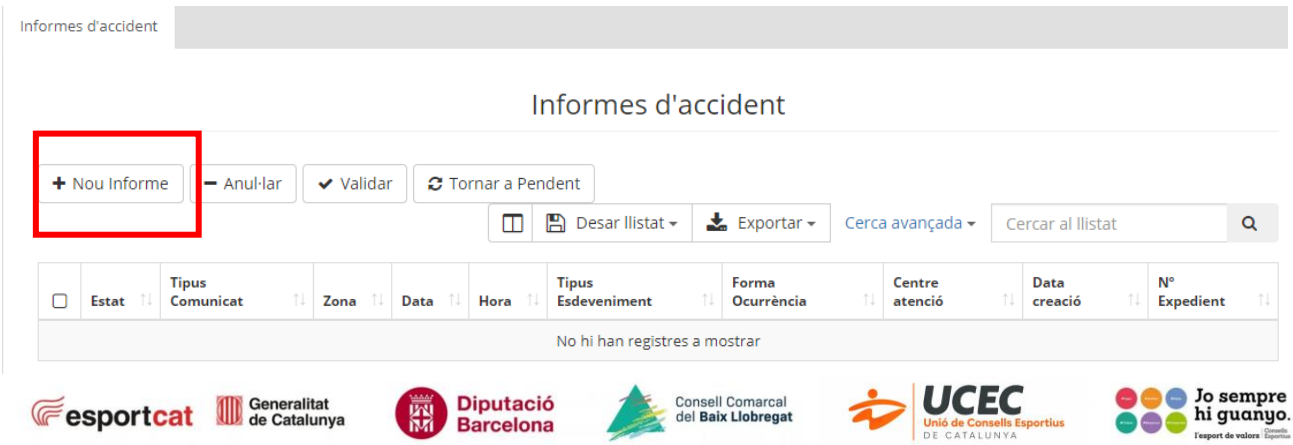
L'assegurat/da podrà adreçar-se a qualsevol centre concertat, identificant-se com a assegurat i aportant el comunicat d'accident. Podeu informar-vos al telèfon 919 912 440 per conèixer els centres d'urgència als quals us podeu adreçar. **En cas de requerir trasllat en ambulància, cal trucar al 900 900 118.**

És obligatori disposar del comunicat d'accident.

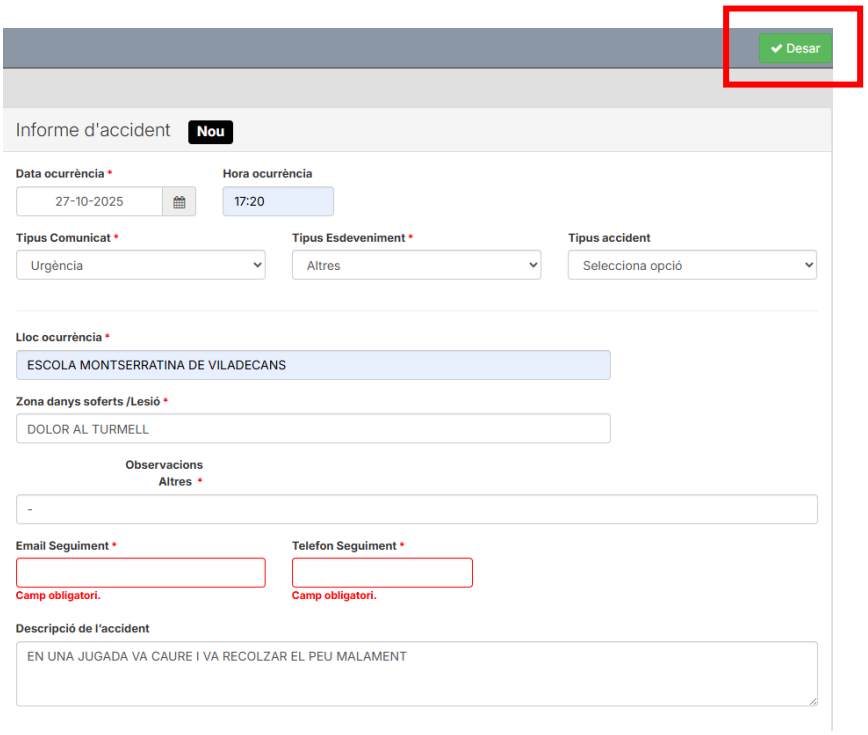
2.2. Omplir el comunicat d'accident

2.2.1. Opció 1 · PlayOff.

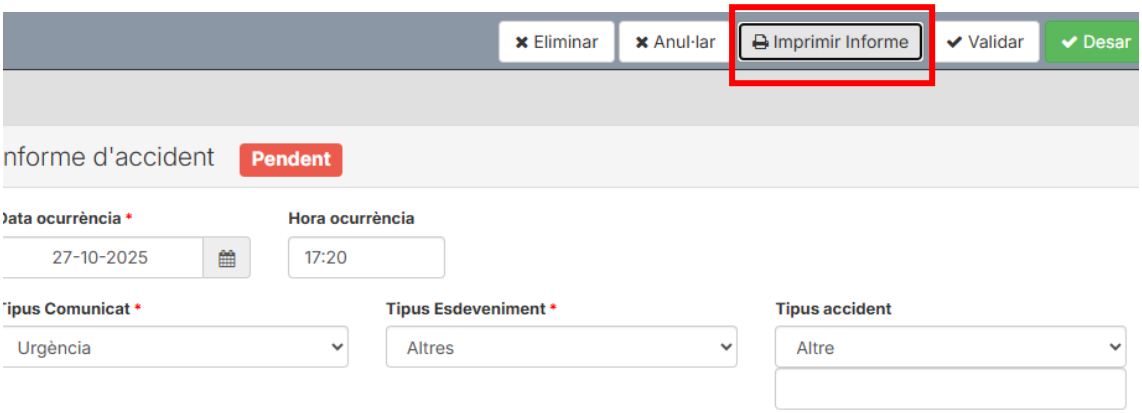
2.2.1.1. Entreu a la fitxa de l'esportista, cliqueu «Nou informe».



2.2.1.2. Ompliu-lo i cliqueu «Desar».



2.2.1.3. Torneu a entrar a l'informe i cliqueu «Imprimir informe»: obtindreu el comunicat en PDF, per presentar-lo des del mòbil o imprès.



2.2.1.4. El més aviat possible dins d'un termini màxim de 3 dies, l'entitat farà arribar al/ a la tècnic/a d'esports municipal el comunicat d'accident correctament omplert conjuntament amb l'informe mèdic que l'hagin entregat a la visita mèdica , i a continuació, l'ajuntament farà arribar al Consell

Esportiu el comunicat d'accidents i l'informe mèdic escanejat. Per a esports col·lectius haureu d'enviar el comunicat a comite@cebllob.cat i per a esports individuals a alex@cebllob.cat.

Telèfons de contacte: Centres d'urgència: 919 912 440 / Ambulància: 900 900 118

2.2.2. Opció 2 · Formulari.

2.2.2.1. Ompliu el comunicat d'accidents editable i porteu-lo imprès o en PDF.

*Si l'accidentat és major de 18 anys, cal fer servir l'Opció 2. El comunicat l'han de signar el lesionat i el representant del Consell Esportiu.

2.2.2.2. Buscar el centre del quadre mèdic que més us convé.

2.2.2.3. Si us demanen, el número de pòlissa és el 79396.

2.2.2.4. El més aviat possible dins d'un termini màxim de 3 dies, l'entitat farà arribar al/ a la tècnic/a d'esports municipal el comunicat d'accident correctament omplert conjuntament amb l'informe mèdic que l'hagin entregat a la visita mèdica , i a continuació, l'ajuntament farà arribar al Consell Esportiu el comunicat d'accidents i l'informe mèdic escanejat. Per a esports col·lectius haureu d'enviar el comunicat a comite@cebllob.cat i per a esports individuals a alex@cebllob.cat.

Telèfons de contacte: Centres d'urgència: 919 912 440 / Ambulància: 900 900 118

2.3. Fer arribar la documentació al Consell Esportiu del Baix Llobregat

- Màxim 3 dies després de l'accident.
- Guardeu l'informe mèdic que us entreguin a la visita.
- L'entitat fa arribar al/la tècnic/a d'esports municipal el comunicat ben omplert juntament amb l'informe mèdic.
- L'ajuntament els envia escanejats al Consell Esportiu, als mateixos correus del pas 2.

3. QUÈ FEM EN CAS QUE NECESSITEM UNA *CONSULTA?*

Consulta.Demaneu cita en un centre concertat amb traumatologia o rehabilitació i porteu el taló d'assistència emplenat (se sol·licita al Consell). Si la temporada ha acabat i no esteu d'alta a la nova, cal demanar autorització abans de la consulta.

Quadre mèdic:Barcelona · Accidentes Deportivos

4. EN QUINS CASOS CAL DEMANAR *AUTORITZACIÓ PRÈVIA?*

Cal demanar autorització per a:

- Hospitalització
- Intervencions quirúrgiques
- Consultes d'altres especialitats (excepte traumatologia i rehabilitació)
- Proves especials (TAC, RMN)
- Rehabilitació o fisioteràpia.

4.1. Com demanar l'autorització prèvia?

1. Envieu per correu electrònic al Consell: el comunicat signat, l'informe mèdic d'urgències i les proves diagnòstiques.

   Per a rehabilitació, indiqueu també el diagnòstic, el tractament i el nombre de sessions.
2. El Consell envia la sol·licitud a ASISA i us comunica la resposta.

Correus de contacte:

Esports col·lectius: comite@cebllob.cat / Esports individuals: alex@cebllob.cat

5. QUAN NECESSITEM *UN TALÓ D'ASSISTÈNCIA?*

Cal 1 taló d'assistència per cada visita de traumatologia o rehabilitació i per cada prova diagnòstica que no requereixi autorització (radiografies, ecografies, analítica pre operatòria).

5.1. Com demanarun taló d'assistència?

1. Envieu per correu electrònic al Consell: el comunicat signat, l'informe mèdic d'urgències o evolutiu i les proves diagnòstiques fetes.
2. El Consell omple el taló d'assistència, ho segella i us ho reenvia per correu.

6. UNA PERSONA ASSEGURADA POT CONTINUAR AMB *EL TRACTAMENT EN CURS?*

Sí. En els casos en què l'assegurat/ada estigui de baixa a la pòlissa però necessiti seguiment pertrobar-se en un tractament en curs dins del límit temporal de cobertura, haurà de sol·licitarautorització per a totes les assistències.

Això no serà aplicable si ja està d'alta a la novatemporada.

7. QUIN ÉS EL PROCÈS PER SOL·LICITAR *PRESTACIONS PER REEMBORSAMENT?*

Les prestacions cobertes per la pòlissa s'hauran de sol·licitar enviant un correu a deportivas.barcelona@asisa.es, amb còpia aalex@cebllob.cat(esports individuals) o comite@cebllob.cat(esports col·lectius), aportant la documentació següent:

- Comunicat d'accident signat pel lesionat/da i pel representant del Consell Esportiu del BaixLlobregat.
- Informe mèdic.
- Factura corresponent a l'assistència d'odontologia o al material ortoprotèsic.
- Número de compte bancari i NIF del titular del compte.

Important

No aneu a la Seguretat Social ni a centres no concertats, excepte en cas d'urgència vital. ASISA no es farà càrrec d'aquests costos i podria repercutir-los a l'assegurat.
El comunicat s'ha de fer arribar en un màxim de 3 dies.

DOCUMENTACIÓ

Tots els/les esportistes, entrenadors/es i delegats/des participants en competició comarcal hauran de portar degudament tramitat el carnet d'esportista dels JEEC, segellat pel seu municipi corresponent.

ORGANITZADORS

Les entitats organitzadores podran realitzar els canvis que tècnicament siguin necessaris en els horaris o en l'ordre de les proves si les circumstàncies així ho aconsellessin o hi obliguessin.

Les entitats organitzadores no es fan responsables dels danys materials i/o morals que puguin causar o causar-se els/les participants i públic assistents.

ASPECTES JURÍDICS I ESPORTIUS

El Comitè Organitzador Territorial/Nacional podrà modificar discrecionalment aquesta Norma Tècnica pel propi bé dels participants i del desenvolupament de les activitats supracomarcals dels JEEC, i serà el responsable de decidir sobre les qüestions organitzatives o de competició que no estiguin contemplats en aquesta Norma Tècnica, aplicant les Directrius dels JEEC, el document resum de Normes Tècniques publicat el 23 d'octubre de 2010 i les Normes de Competició i Disciplina Esportiva dels JEEC.

ALTRES DISPOSICIONS

En totes les situacions i normes no previstes en aquesta Normativa Tècnica, s'aplicarà el que estableix les directrius de la Unió de Consells de Catalunya, l'Annex de la Convocatòria dels JEEC, l'Annex de les Directrius dels JEEC i les Normes de disciplina esportiva dels JEEC.