

# CAMPEONATOS INDIVIDUALES NORMAS GENERALES

## Aire Libre

### Art.1) Pruebas autorizadas al Aire Libre, por categorías

#### HOMBRES

Categoría	Sénior (95 hasta Master)	Sub23 (96-97-98)	Sub20 (99 y 00)	Sub18 (01 y 02)	Sub16 (03 y 04)	Sub14 (05 y 06)	Alevín (07 y 08)	Benjamín (09 y 10)
<b>Carreras</b>	100	100	100	100	100	80	60	50
	200	200	200	200	-----	150	-----	-----
	400	400	400	400	300	-----	-----	-----
	800	800	800	800	600	500	500	500
	1.500	1.500	1.500	1.500	1.000	1.000	1.000	1.000
	5.000	5.000	5.000	3.000	3.000	3.000	2.000	2.000
	10.000	10.000	10.000	5.000	-----	-----	-----	-----
<b>Ruta</b>	Medio Maratón	Medio Maratón	Medio Maratón	10km	-----	-----	-----	-----
	Maratón	Maratón						
	100km	100km						
<b>Trail Running</b>	Sin límite distancia	Sin límite distancia	Hasta 15 km	-----	-----	-----	-----	-----
<b>Vallas</b>	110 (1,067)	110 (1,067)	110 (1,00)	110 (0,914)	100 (0,914)	80 (0,84)	-----	-----
	400 (0,914)	400 (0,914)	400 (0,914)	400 (0,84)	300 (0,84)	220 (0,76)	-----	-----
	3.000 obs.	3.000 obs.	3.000 obs.	2.000 obs. (0,914)	1.500 obs. (0,762)	1.000 obs. (0,762)	-----	-----
<b>Salto</b>	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura
	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	-----
	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud
	Triple	Triple	Triple	Triple	Triple	Triple ***	-----	-----
<b>Lanzamientos</b>	Peso (7,260)	Peso (7,260)	Peso (6kg)	Peso (5kg)	Peso (4kg)	Peso (3kg)	Peso (2kg)	Peso (2kg)
	Disco (2kg)	Disco (2kg)	Disco (1,750)	Disco (1,5kg)	Disco (1kg)	Disco (800gr)	Disco (600gr)	Disco (600gr)
	Jabalina (800gr)	Jabalina (800gr)	Jabalina (800gr)	Jabalina (700gr)	Jabalina (600gr)	Jabalina (500gr)	Jabalina (400gr)	Pelota (200gr)
	Martillo (7,260)	Martillo (7,260)	Martillo (6kg)	Martillo (5kg)	Martillo (4kg)	Martillo (3kg)	Martillo (2kg)	Martillo (2kg)
<b>Relevos</b>	4 x 100	4 x 100	4 x 100	4 x 100	4 x 100	4 x 80	4 x 60	4 x 50
	4 x 400	4 x 400	4 x 400	4 x 400	4 x 300			
<b>Marcha</b>	20 km	20 km	10 km	5 km	5 km	2 km-3 km	2 km	1 km
	50 km	50 km	20 km	10 km	10 km	5 km	3 km	2 km
<b>Combinadas</b>	Decatlón	Decatlón	Decatlón	Decatlón	Octatlón	Exatlón	Triatlón	Triatlón
	100	100	100	100	100	80	60	50
	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Peso(4kg)	Longitud	Longitud	Longitud
	Peso	Peso	Peso (6kg)	Peso (5kg)	Altura	Peso	Peso	Peso
	Altura	Altura	Altura	Altura	Disco(1kg)			
	400	400	400	400				
	110v	110v	110v (1,00)	110v (0,914)	100v(0,914)	80v (0.84)		
	Disco	Disco	Disco(1,750)	Disco (1,5kg)	Pértiga	Altura		
	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Jabal.600gr	Jabal.500gr		
Jabalina	Jabalina	Jabal.800g	Jabal.700gr	1.000				
	1.500	1.500	1.500	1.500				

\*Carrera Máxima 15m

También se recomienda realizar pruebas según Guía de la RFEA "JUGANDO AL ATLETISMO" (Circular 128/2004) y libro del mismo nombre editado por la RFEA en septiembre de 2004

Los atletas Sub20 están autorizados a participar con las vallas y los artefactos de los Sénior, así como el Decatlón Sénior  
 Los atletas Sub18 están autorizados a participar con las vallas y los artefactos de los atletas Sub20 haciéndolo extensible a Absoluto si el artefacto de los atletas Sub20 coincidiese con el Absoluto.

**MUJERES**

Categoría	Sénior (95 hasta Master)	Sub23 (96-97-98)	Sub20 (99 y 00)	Sub18 (01 y 02) -1-	Sub16 (03 y 04)	Sub14 (05 y 06)	Alevín (07 y 08)	Benjamín (09 y 10)
Carreras	100	100	100	100	100	80	60	50
	200	200	200	200	----	150	----	----
	400	400	400	400	300	----	----	----
	800	800	800	800	600	500	500	500
	1.500	1.500	1.500	1.500	1.000	1.000	1.000	1.000
	5.000	5.000	3.000	3.000	3.000	3.000	2.000	2.000
	10.000	10.000	5.000	5.000	----	----	----	----
		10.000	----	----	----	----	----	
Ruta	Medio Maratón	Medio Maratón	Medio Maratón	10km	-----	----	----	----
	Maratón	Maratón	----	----	----	----	----	----
	100km	100km	----	----	----	----	----	----
Montaña y Trail	Sin límite distancia	Sin límite distancia	Hasta 15 km	----	----	----	----	----
Vallas	100 (0,84)	100 (0,84)	100 (0,84)	100 (0,762)	100 (0,762)	80 (0,762)	----	----
	400 (0,762)	400 (0,762)	400 (0,762)	400 (0,762)	300 (0,762)	220 (0,762)	----	----
	3.000 obs (0,762)	3.000 obs (0,762)	3.000 obs (0,762)	2.000 obs (0,762)	1.500 obs (0,762)	1.000 obs (0,762)	----	----
Saltos	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura
	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	----
	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud
	Triple	Triple	Triple	Triple	Triple	Triple *	----	----
Lanzamien.	Peso (4kg)	Peso (4kg)	Peso (4kg)	Peso (3kg)	Peso (3kg)	Peso (3kg)	Peso (2kg)	Peso (2kg)
	Disco (1kg)	Disco (1kg)	Disco (1kg)	Disco (1kg)	Disco(800gr)	Disco(800gr)	Disco(600gr)	Disco(600gr)
	Jabalina (600gr)	Jabalina (600gr)	Jabalina (600gr)	Jabalina (500gr)	Jabalina (500gr)	Jabalina (400gr)	Pelota (300gr)	Pelota (200gr)
	Martillo (4kg)	Martillo (4kg)	Martillo (4kg)	Martillo (3kg)	Martillo (3kg)	Martillo (3kg)	Martillo (2kg)	Martillo (2kg)
Relevos	4 x 100	4 x 100	4 x 100	4 x 100	4 x 100	4 x 80	4 x 60	4 x 50
	4 x 400	4 x 400	4 x 400	4 x 400	4 x 300			
Marcha	10 km	10 km	5 km/10 km	5 km	3 km	2 km/3 km	2 km	1 km
	20 km	20 km	20 km	10 km	5 km	5 km	3 km	2 km
Combinadas	Heptatlón	Heptatlón	Heptatlón	Heptatlón	Exatlón	Pentatlón	Triatlón	Triatlón
	100 v.	100 v.	100 v.	100 v.	100 v.	80 v.	60	50
	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Longitud	Longitud
	Peso	Peso	Peso	Peso	Peso	Peso	Peso	Peso
	200	200	200	200		Longitud		
	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Jabalina	
	Jabalina	Jabalina	Jabalina	Jabalina	Jabalina	Jabalina		
800	800	800	800	600				

\* Carrera máxima 15m

También se recomienda realizar pruebas según Guía de la RFEA "JUGANDO AL ATLETISMO" (Circular 128/2004) y libro del mismo nombre editado por la RFEA en septiembre de 2004

-1- Las atletas Sub18 están autorizadas a participar con las vallas y los artefactos de las Sub20, así como el Heptatlón Absoluto, haciéndolo extensible a Absoluto si el artefacto de las atletas Sub20 coincidiese con el Absoluto.

## ALTURA Y DISTANCIA DE VALLAS Y OBSTÁCULOS

### PISTA CUBIERTA

Prueba	Número de vallas	Altura de la valla	Categoría de los atletas	Distancia desde la salida a 1ª valla	Distancia entre vallas	Distancia de la última valla a meta
--------	------------------	--------------------	--------------------------	--------------------------------------	------------------------	-------------------------------------

#### HOMBRES

60	5	1,067	Senior-Sub23	13,72	9,14	9,72
60	5	1,00	Sub20	13,72	9,14	9,72
60	5	0,914	Sub18	13,72	9,14	9,72
60	5	0,914	Sub16	13	8,50	13
60	5	0,84	Sub14	12,3	8,20	14,90

#### MUJERES

60	5	0,84	Sen-Sub23-Sub20	13	8,50	13
60	5	0,762	Sub18-Sub16	13	8,50	13
60	5	0,762	Sub14	12,30	8,20	14,90

### AIRE LIBRE

Prueba	Número de vallas	Altura de la valla	Categoría de los atletas	Distancia desde la salida a 1ª valla	Distancia entre vallas	Distancia de la última valla a meta
--------	------------------	--------------------	--------------------------	--------------------------------------	------------------------	-------------------------------------

#### HOMBRES

80	8	0,84	Sub14	12,30	8,20	10,30
100	10	0,914	Sub16	13	8,50	10,50
110	10	0,914	Sub18	13,72	9,14	14,02
110	10	1,00	Sub20	13,72	9,14	14,02
110	10	1,067	Senior-Sub23	13,72	9,14	14,02

220	5	0,762	Sub14	40	35	40
300	7	0,84	Sub16	50	35	40
400	10	0,84	Sub18	45	35	40
400	10	0,914	Sen-Sub23-Sub20	45	35	40

#### MUJERES

80	8	0,762	Sub14	12,30	8,20	10,30
100	10	0,762	Sub16-Sub18	13	8,50	10,50
100	10	0,84	Sen-Sub23-Sub20	13	8,50	10,50

220	5	0,762	Sub14	40	35	40
300	7	0,762	Sub16	50	35	40
400	10	0,762	Sub18	45	35	40
400	10	0,762	Sen-Sub23-Sub20	45	35	40

**NORMAS DE COMPETICION PARA PRUEBAS DE OBSTACULOS DE MENORES****2.000m obstáculos Sub18**

Habrá 5 obstáculos por vuelta completa, siendo el paso de la ría, el cuarto de los mismos (excepto en la 1ª vuelta que es el 2º)

La altura de los obstáculos y del obstáculo de la ría será de 0,914m para hombres y 0,762m para mujeres.

Habrá 18 pasos de obstáculos y 5 saltos de ría.

**1.500m obstáculos Sub16**

Habrá 5 obstáculos por vuelta completa, siendo el paso de la ría, el cuarto de los mismos.

No habrá ningún obstáculo en el trayecto entre la salida y la línea de salida de los 100m, teniéndose aquellos retirados en esa primera vuelta hasta la línea de salida de los 100m. Siendo por tanto, el primer obstáculo el situado en la recta principal.

La altura de los obstáculos y del obstáculo de la ría será de 0,762m.

Habrá 13 pasos de obstáculos y 3 saltos de ría.

**1.000m obstáculos Sub14 hombres y mujeres**

Habrá 5 obstáculos por vuelta completa, siendo el paso de la ría, el cuarto de los mismos.

No habrá ningún obstáculo en el trayecto entre la salida y el comienzo de la primera vuelta, teniéndose aquellos retirados hasta que los participantes hayan iniciado dicha primera vuelta. Siendo, por tanto, el primer obstáculo el situado en la curva nada más comenzar la vuelta.

La altura de los obstáculos y del obstáculo de la ría será de 0,762m.

Habrá 8 pasos de obstáculos y 2 saltos de ría.

**PRUEBAS MIXTAS EN COMPETICIONES DE PISTA**

La Comisión Delegada de la RFEA, en su reunión de 27 de julio de 2014, en aplicación de las facultades que otorga a la RFEA el Artículo 147 de las Reglas de Competición de la IAAF, autoriza la celebración de pruebas entre atletas hombres y mujeres, modificando para ello las posibilidades de autorización de pruebas mixtas que figuraban en la Circular 261/2011, con efecto 1 de Noviembre de 2014.

Esta normativa es válida únicamente para las pruebas de carácter Autonómico y es potestad de cada Federación Autonómica aplicarla en aquellas competiciones que lo considere conveniente.

**a)** Los/as atletas Sub14 pueden competir en pruebas mixtas en Concursos, Carreras en pista, Ruta y Marcha.

**b)** Los/as atletas Sub16 pueden competir en pruebas mixtas en Concursos, Carreras en pista, Ruta y Marcha.

**c)** El resto de atletas puede competir en pruebas mixtas en Concursos, Ruta y Marcha. En las carreras en pista de 5.000m. y 10.000m. se autorizan con los siguientes condicionantes:

**c.1** Siempre que no se llegue a un mínimo de 6 atletas en la salida de una de las categorías de sexo.

**c.2** Las marcas obtenidas, excepto en concursos, no podrán ser Records de España, ni válidas como mínimas para un Campeonato Internacional.

**c.3** Al ser el motivo de esta unión el que en diversas Federaciones haya una falta de atletas, y también para un ahorro de tiempo en los horarios de las competiciones, en ningún caso los atletas pueden hacer de liebres (marcar el paso) de atletas del otro sexo, por lo que los jueces están facultados para descalificar a aquellos atletas que estén ayudando a otros de diferente sexo, en aplicación del art. 144 de la Reglas de Competición de la IAAF.

**d)** En cumplimiento de la Nota del artículo 147 de las Reglas de Competición de la IAAF, en el caso de Competiciones Mixtas en Concursos deberán ser utilizadas Hojas de campo separadas y los resultados deberían ser declarados separadamente para cada sexo.

**Art. 2) Normas de participación**

1) Podrán tomar parte en su prueba respectiva, en las competiciones oficiales que, hallándose en posesión de la correspondiente licencia federativa, debidamente diligenciada para la temporada y siempre que no exista sobre ellos sanción de alguna clase en la fecha fijada para la inscripción, hayan igualada o mejorado las marcas mínimas fijadas para cada campeonato.

**Normalmente en las pruebas se efectúa una repesca de atletas sin mínima, siempre y cuando se hubiera realizado la inscripción, por lo que se recomienda realizar la inscripción de atletas que estén cercanas a la marca mínima. Los atletas extranjeros no podrán ser repescados.**

**NO SE ADMITIRÁN COMO MÍNIMAS LAS MARCAS CONSEGUIDAS CON VIENTO SUPERIOR AL REGLAMENTARIO.**

La RFEA se reserva el derecho de admitir la participación en los Campeonatos Nacionales de algunos atletas que no hayan obtenido la mínima, por interés del equipo nacional o por petición del Comité Técnico.

2) Según acuerdo tomado en la Asamblea General de esta RFEA, celebrada en el mes de diciembre de 1990, los atletas extranjeros podrán participar en los Campeonatos Nacionales, siempre que estén en posesión de la marca mínima establecida, excepto en las finales de las pruebas en las que se celebren semifinales o existan saltos de mejora (pudiendo en este caso efectuar únicamente 3 saltos), con objeto de no quitar puesto a ningún atleta español en las finales, excepto los atletas de Andorra que tendrán los mismos derechos técnicos que los españoles.

Si un atleta extranjero ganase alguna prueba (o se clasificara entre los tres primeros) será proclamado vencedor de la prueba en cuestión pero no Campeón de España y en cualquier caso no tendrá derecho a medalla oficial del Campeonato, ni a ningún tipo de subvención por parte de la RFEA. Excepto los atletas de categoría Sub16 o Sub18 que tendrán los mismos derechos que los españoles.

**Art. 3) Confirmación para todos los Campeonatos de España**

Las confirmaciones para los Campeonatos de España al Aire Libre, excepto Master, se realizaran de la siguiente forma:

Si la prueba es el:	Se confirmará :
Sábado mañana	Antes de las 21:00 del viernes
Sábado tarde	Antes de las 12:00 del sábado
Domingo mañana	Antes de las 21:00 del sábado
Domingo tarde	Antes de las 12:00 del domingo

En el Campeonato de España Absoluto Aire Libre, la confirmación se realizará por clubes, entregándose una hoja de confirmación en la que se deberá marcar el atleta que va a participar, y entregar la hoja firmada por el delegado del club, en la mesa de recogida de dorsales.

No se admitirá la participación de ningún atleta que no haya confirmado su participación en el plazo reglamentario. Por lo que se ruega a todas las Federaciones y/o clubs informen a sus atletas de esta reglamentación.

**Art. 4) Premios en los Campeonatos Nacionales**

Los atletas clasificados en 1º, 2º y 3er lugar de cada prueba recibirán medalla dorada, plateada y bronceada, respectivamente, de la Real Federación Española de Atletismo.