

# CAMPEONATOS INDIVIDUALES NORMAS GENERALES

## Aire Libre

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

#### HOMBRES

Categoría	Sénior (96 hasta Master)	Sub23 (97-98-99)	Sub20 (00 y 01)	Sub18 (02 y 03)	Sub16 (04 y 05)	Sub14 (06 y 07)	Sub12 (08 y 09)	Sub10 (10 y 11)
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	5.000	3.000	3.000	3.000	2.000	2.000
	10.000	10.000	10.000	5.000	-----	-----	-----	-----
Ruta	Medio Maratón	Medio Maratón	Medio Maratón	10km	-----	-----	-----	-----
	Maratón	Maratón						
	100km	100km						
Trail Running	Sin límite distancia	Sin límite distancia	Hasta 15 km	-----	-----	-----	-----	-----
Vallas	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)	-----	-----
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 ***	-----	-----
Lanzamientos	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)
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	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
Combinadas	Decatlón	Decatlón	Decatlón	Decatlón	Octatlón	Exathlón	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					

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

\*Carrera Máxima 15m

Los atletas Sub20 están autorizados a participar con las vallas y los artefactos de 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 (96 hasta Master)	Sub23 (97-98-99)	Sub20 (00 y 01)	Sub18 (02 y 03) -1-	Sub16 (04 y 05)	Sub14 (06 y 07)	Sub12 (08 y 09)	Sub10 (10 y 11)
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	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 Sub20, así como el Heptatlón Sub20 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

**1B. NORMAS DE COMPETICION PARA PRUEBAS DE OBSTACULO DE MENORES****2.000m obstáculos Sub18**

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

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

Habr  18 pasos de obstáculos y 5 saltos de r a.

**1.500m obstáculos Sub16**

Habr  5 obstáculos por vuelta completa, siendo el paso de la r a, 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 r a será de 0,762m.

Habr  13 pasos de obstáculos y 3 saltos de r a.

**1.000m obstáculos Sub14 hombres y mujeres**

Habr  5 obstáculos por vuelta completa, siendo el paso de la r a, 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 r a será de 0,762m.

Habr  8 pasos de obstáculos y 2 saltos de r a.

**1C. NORMATIVA DE COMPETICIÓN PARA PRUEBAS MIXTAS EN PISTA**

La Comisión Delegada de la RFEA, en su reunión del día 9 de noviembre de 2018, aprobó la siguiente normativa para las pruebas celebradas en un Estadio, teniendo en cuenta que a nivel RFEA nuestra única competencia será la de reconocer las marcas conseguidas, pero que en ningún caso serán válidas a efectos de mínimas para Campeonatos Internacionales, con excepción de las pruebas de relevos mixtas. S  serán válidas para mínimas de los Campeonatos de España de todas las categorías. Esta normativa sustituye a la existente hasta temporada 2017/2018.

Para las Competiciones desarrolladas en el Estadio, las pruebas mixtas en Concursos o en Carreras, podrán ser permitidas en las Competiciones si reúnen los siguientes requisitos:

1. Que hayan sido aprobadas por la Federación Autonómica correspondiente.
2. Que no haya más de cinco atletas de al menos uno de los dos géneros para carreras de distancia inferior a 1.500m, y más de seis atletas en carreras de 1.500m. o de superior distancia.
3. En Lanzamientos y Saltos Horizontales serán los jueces quienes decidan el orden de actuación, con la finalidad de facilitar las mediciones y el control de los artefactos.
4. En el caso de Saltos Verticales, los Artículos 181 a 183 deben ser aplicados estrictamente – incluyendo que el list n debe continuar siendo elevado de acuerdo con una única cadencia, acordada para toda la competición.
5. Resultados Competiciones Mixtas
  - a. Para Concursos se utilizarán hojas de resultados separadas y los resultados se proclamarán separadamente para cada género. b. Para Carreras, el género de cada atleta se indicará en los resultados.
6. De acuerdo con lo estipulado en el artículo 147.2 Nota (iii) de la IAAF: “ Las Competiciones Mixtas en Carreras en pista no se realizarán, en ningún caso, para permitir que a los atletas de un sexo se les marque el paso o sean ayudados por los atletas del otro sexo”. La intención del Artículo no es dar a las mujeres la oportunidad de competir en carreras contra

hombres para obtener potencialmente mejores condiciones de rendimiento. Si se observara por parte de los jueces que dicha circunstancia se produce en una carrera, deberán descalificar a los atletas implicados.

7. Excepto en la prueba de Relevos Mixtos en ninguna otra serán válidos los Records de España obtenidos en Carreras mixtas en el Estadio.

## 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 Sub18 o menores 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.