

XXX CAMPEONATO ESPAÑA MÁSTER PISTA CUBIERTA

Art. 1) Por delegación de la RFEA, la Federación Gallega de Atletismo junto al ayuntamiento de Ourense organizarán el XXX Campeonato de España Máster en Pista Cubierta, hombres y mujeres, los días 8, 9 y 10 de marzo de 2019 en Ourense.

Art. 2) Las pruebas a celebrar serán las siguientes:

| HOMBRES | MUJERES |
|---------------|---------------|
| 60m | 60m |
| 200m | 200m |
| 400m | 400m |
| 800m | 800m |
| 1.500m | 1.500m |
| 3.000m | 3.000m |
| 60m v. | 60m v. |
| Altura | Altura |
| Pértiga | Pértiga |
| Longitud | Longitud |
| Triple | Triple |
| Peso | Peso |
| Pentathlon | Pentathlon |
| 3.000m Marcha | 3.000m Marcha |
| 4x200m | 4x200m |

Habrá eliminatorias en 60m, 60m v. y 200m en las categorías 35 a 65 inclusive, de 70 en adelante no habrá eliminatorias, siendo finales por tiempos.

Art. 3) El Relevé podrá estar formado por atletas que tengan licencia por el mismo Club.

Cada Club podrá formar un equipo por categoría.

Atletas de categoría superior podrán formar parte de un equipo de categoría inferior, la categoría del equipo la marca el atleta de menor edad.

Cada atleta sólo podrá formar parte de un equipo.

No es obligatorio que los atletas participen en pruebas individuales.

Cada club podrá alinear un atleta extranjero y un atleta de club Asociado por equipo.

Aquellas Autonomías que quieran sacar equipos lo podrán hacer fuera de concurso.

Art. 4) Marcas de Inscripción

Atletas 35 a 64 años MARCA MÍNIMA DE PARTICIPACIÓN

Será obligatorio el acreditar una marca mínima reglamentaria en la prueba que se quiera participar, sirviendo tanto las marcas de pista cubierta como las de aire libre. El plazo de consecución de estas marcas es del 1 de noviembre de 2017 al 28 de febrero de 2019.

Al hacer la inscripción hay que escoger entre las diferentes opciones la marca que sea más interesante para el atleta, aire libre o pista cubierta, y además para algunas pruebas sirven como mínimas diferentes distancias, estas son las pruebas para las que sirve otra:

60m: 50m, 60m y 100m.

1.500m: 1.500m y Milla.

3.000m: 3.000, 5.000m y cross (cto. España Máster).

Vallas Altas: 50m v., 60m v. y Vallas Altas o Cortas.

3.000m Marcha: 3.000m Marcha, 5.000m Marcha, 10.000m Marcha (pista y ruta en todos los casos)

Pentatlón: Pentatlón, Heptatlón (mujeres) y decatón (hombres). En función del número de atletas inscritos y de las posibilidades del horario se podrá repescar atletas que estén cerca de la marca mínima o bien que con la suma de los puntos logrados en las pruebas individuales alcancen las mínimas solicitadas. Para lo cual habrá que inscribirse en los plazos previstos, comunicándose los admitidos el lunes 4 de marzo.

| | HOMBRES | | | | | | MUJERES | | | | | |
|-------------|---------|-------|-------|-------|-------|-------|---------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | 35 | 40 | 45 | 50 | 55 | 60 | 35 | 40 | 45 | 50 | 55 | 60 |
| 50m | 6.70 | 6.90 | 7.15 | 7.40 | 7.65 | 8.20 | 7.90 | 8.20 | 8.75 | 9.20 | 9.60 | 10.00 |
| 60m | 7.80 | 8.10 | 8.40 | 8.70 | 9.00 | 9.60 | 9.00 | 9.50 | 10.00 | 10.50 | 11.00 | 12.00 |
| 100m | 12.40 | 12.90 | 13.50 | 13.90 | 14.40 | 14.90 | 15.00 | 15.50 | 16.00 | 17.00 | 18.00 | 20.00 |
| 200m | 25.00 | 26.00 | 27.00 | 28.00 | 29.00 | 30.00 | 30.00 | 31.00 | 32.00 | 34.00 | 36.00 | 41.00 |

CAMPEONATO DE ESPAÑA MÁSTER DE PISTA CUBIERTA

| | | | | | | | | | | | | |
|------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 400m | 55.00 | 56.50 | 58.00 | 1:00 | 1:03 | 1:08 | 1:06 | 1:08 | 1:10 | 1:16 | 1:26 | 1:33 |
| 800m | 2:05 | 2:10 | 2:15 | 2:20 | 2:30 | 2:40 | 2:30 | 2:35 | 2:45 | 2:55 | 3:10 | 3:30 |
| 1.500m | 4:15 | 4:25 | 4:35 | 4:45 | 5:05 | 5:25 | 5:10 | 5:20 | 5:40 | 6:00 | 6:30 | 7:10 |
| Milla | 4:35 | 4:45 | 5:00 | 5:10 | 5:30 | 5:55 | 5:35 | 5:50 | 6:10 | 6:30 | 7:05 | 7:40 |
| 3.000m | 9:15 | 9:35 | 9:55 | 10:15 | 11:00 | 11:40 | 11:10 | 11:30 | 12:10 | 12:50 | 13:50 | 15:00 |
| 5.000m | 16:00 | 16:30 | 17:00 | 18:00 | 19:00 | 20:00 | 19:30 | 20:30 | 21:30 | 22:30 | 23:30 | 26:00 |
| 50m vallas | 8.35 | 8.75 | 9.20 | 09.20 | 10.20 | 10.85 | 9.20 | 10.00 | 10.85 | 11.70 | 12.50 | 12.95 |
| 60m vallas | 10.00 | 10.50 | 11.00 | 11.00 | 12.00 | 13.00 | 11.00 | 11.50 | 12.50 | 13.50 | 14.50 | 15.50 |
| Cross* | 19:30 | 20:15 | 21:00 | 22:00 | 23:30 | 25:30 | 24:00 | 25:30 | 27:00 | 28:00 | 29:00 | 31:30 |
| Vallas | 18.50 | 19.50 | 20.50 | 20.50 | 21.50 | 22.00 | 19.00 | 17.00 | 17.50 | 18.00 | 19.00 | 20.00 |
| Altura | 1,70 | 1,65 | 1,60 | 1,50 | 1,40 | 1,30 | 1,35 | 1,30 | 1,25 | 1,20 | 1,15 | 1,05 |
| Pértiga | 3,50 | 3,25 | 3,00 | 2,75 | 2,50 | 2,25 | 2,40 | 2,20 | 2,00 | 1,80 | 1,60 | 1,40 |
| Longitud | 5,80 | 5,40 | 5,10 | 4,80 | 4,50 | 4,00 | 4,50 | 4,25 | 4,00 | 3,75 | 3,50 | 3,00 |
| Triple | 11,50 | 10,50 | 10,00 | 9,50 | 9,00 | 8,50 | 9,00 | 8,40 | 7,80 | 7,20 | 6,60 | 6,00 |
| Peso | 12,00 | 11,00 | 10,00 | 10,00 | 9,00 | 10,00 | 9,00 | 8,00 | 7,50 | 7,50 | 7,00 | 6,00 |
| Pentatlón | 2.600 | 2.600 | 2.600 | 2.600 | 2.600 | 2.600 | 2.200 | 2.200 | 2.200 | 2.200 | 2.200 | 2.000 |
| Decatlón | 4.500 | 4.500 | 4.500 | 4.500 | 4.500 | 4.500 | 3.000 | 3.000 | 3.000 | 3.000 | 3.000 | 2.500 |
| 3.000m M. | 14:30 | 15:00 | 15:30 | 16:00 | 16:30 | 17:00 | 17:30 | 18:15 | 19:00 | 20:00 | 21:00 | 22:30 |
| 5.000m M. | 25:00 | 26:00 | 27:00 | 28:00 | 29:00 | 30:00 | 31:00 | 32:00 | 33:00 | 34:00 | 35:00 | 39:00 |
| 10km M. | 51:30 | 53:30 | 55:45 | 58:00 | 1h00 | 1h02 | 1h04 | 1h06 | 1h08 | 1h11 | 1h13 | 1h21 |

Atletas 65 años y más MARCA MÍNIMA DE MEDALLA

No es necesario acreditar marca mínima, sólo es necesario acreditar una marca en la prueba en la que se quiera participar en el período de tiempo establecido.

Para tener derecho a la medalla hay que mejorar las marcas del siguiente cuadro:

| | HOMBRES | | | | | | | MUJERES | | | |
|------------|---------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|---------|-------|-------|-------|
| | 65 | 70 | 75 | 80 | 85 | 90 | 95 | 65 | 70 | 75 | 80 |
| 60m | 10.20 | 11.00 | 12.00 | 13.00 | 14.50 | 18.00 | 29.00 | 13.00 | 14.00 | 15.00 | 16.00 |
| 200m | 33.00 | 35.00 | 38.00 | 42.00 | 50.00 | 1:02 | 1:30 | 43.00 | 46.00 | 50.00 | 56.00 |
| 400m | 1:15 | 1:22 | 1:30 | 1:45 | 2:00 | 2:40 | 3:30 | 1:41 | 1:50 | 2:00 | 2:11 |
| 800m | 2:50 | 3:10 | 3:25 | 3:50 | 4:40 | 6:10 | 8:10 | 3:50 | 4:15 | 4:45 | 5:15 |
| 1.500m | 5:45 | 6:20 | 7:00 | 8:00 | 9:30 | 12:30 | 20:00 | 8:00 | 9:00 | 10:00 | 11:00 |
| 3.000m | 12:20 | 13:30 | 15:00 | 17:00 | 20:15 | 26:50 | 42:50 | 17:00 | 19:00 | 21:00 | 23:00 |
| 60m vallas | 13.50 | 14.00 | 15.00 | 18.00 | 22.00 | 28.00 | 36.00 | 16.50 | 17.50 | 19.50 | 22.00 |
| Altura | 1,25 | 1,10 | 1,05 | 1,00 | 0,90 | 0,70 | 0,60 | 1,00 | 0,95 | 0,85 | - |
| Pértiga | 2,00 | 1,95 | 1,70 | 1,45 | 1,10 | 0,80 | - | 1,20 | 1,10 | 0,80 | - |
| Longitud | 3,70 | 3,40 | 3,10 | 2,70 | 2,10 | 1,50 | 0,70 | 2,70 | 2,40 | 2,10 | 1,80 |
| Triple | 8,00 | 7,00 | 6,50 | 5,50 | 4,50 | 3,50 | 2,50 | 5,40 | 4,80 | 4,20 | 3,60 |
| Peso | 9,00 | 8,00 | 7,00 | 7,00 | 6,00 | 4,00 | 3,00 | 5,00 | 6,00 | 5,00 | 5,00 |
| Pentatlón | 2.600 | 2.500 | 2.500 | 2.500 | 2.500 | 2.500 | 2.500 | 2.000 | 2.000 | 2.000 | 2.000 |
| 3.000m M. | 18:45 | 20:00 | 21:30 | 23:00 | 25:00 | 28:00 | 31:00 | 23:30 | 25:00 | 26:30 | 29:00 |

En las prueba de relevos 4x200m la inscripción es libre, para tener derecho a la medalla hay que mejorar las marcas del siguiente cuadro:

| 4x200m | 35 | 40 | 45 | 50 | 55 | 60 | 65 | 70 | 75 | 80 |
|---------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| Hombres | 1:50 | 1:54 | 1:59 | 2:03 | 2:08 | 2:12 | 2:25 | 2:47 | 3:05 | 3:40 |
| Mujeres | 2:12 | 2:17 | 2:21 | 2:30 | 2:39 | 3:01 | 3:10 | 3:22 | 3:40 | 4:10 |

Art. 5) Inscripciones

El plazo de inscripción se cierra el viernes 1 de marzo de 2019 a las 23:59.

Los atletas deberán realizar la inscripción por sus clubes a través de la intranet de la RFEA:

<https://isis.rfea.es/sirfea2/>, o directamente a través del Portal del Atleta:

<https://portaldelatleta.rfea.es/main.jsp>

Repesca

Los atletas que se hayan quedado cerca de la mínima de participación, podrán hacer inscripción a la espera de una posible repesca. En el caso de haberse inscrito y no ser admitido no se cobrará la cuota de participación. Solamente se considerará para repesca aquellas inscripciones realizadas en plazo reglamentario.

Art. 6) Altura de los listones: La altura inicial será la más baja solicitada por los participantes y que admita el saltómetro, con la siguiente cadencia:

Hombres M35/M40/M45

Altura: de 5 en 5 centímetros hasta 1,54m, a partir de aquí de 3 en 3 centímetros.
Pértiga: de 20 en 20 centímetros hasta 2,54m, de 10 en 10 centímetros hasta 3,53m, a partir de aquí de 5 en 5 centímetros

Hombres M50 y superiores y Mujeres

Altura: Se empezará en la altura más baja solicitada y que admita el saltómetro con una secuencia de 3 en 3 centímetros pasando por 1,00m.
Pértiga: Se empezará en la altura más baja solicitada y que admita el saltómetro con una secuencia de 10 en 10 centímetros hasta 3,04m, a partir de aquí de 5 en 5 centímetros.

Art. 7) Tablas de batida en las pruebas de longitud y triple: Como máximo las tablas de batida se colocarán en 3 posiciones:

- 1).- La distancia más corta del foso solicitada por los atletas.
- 2).- La distancia más distante del foso solicitada por los atletas
- 3).- Una intermedia entre las solicitadas por el resto de atletas.

Art. 8) Entrega de dorsales y confirmaciones

Será obligatorio confirmar la participación en cada prueba y retirar el dorsal antes de los 90 minutos anteriores a la hora fijada para el inicio de cada prueba.

No se admitirá la participación de ningún atleta que no haya confirmado su participación en el plazo reglamentario.

Art. 9) En los concursos de longitud, triple y peso todos los atletas dispondrán de 3 intentos, los 8 mejores de cada categoría realizarán 3 intentos de mejora.

Art. 10) Horario (M indica hombres y F mujeres) (no está en orden horario):

Viernes, 8 marzo 2019

| | | | |
|---------------|---------------|-----------------|-----------------|
| 200m | Eliminatorias | 35 a 69 | Hombres/Mujeres |
| 3.000m | Final | 65 y + | Mixto |
| 3.000m Marcha | Final | Todos | Mixto |
| Altura | Final | M60 y + | Hombres |
| Longitud | Final | Todas | Mujeres |
| Pentatlón | Final | Todas | Mujeres |
| Peso | Final | M80 y +/F60 y + | Mixto |

Sábado, 9 marzo 2019

| | | | |
|----------|-------|-------------------|-----------------|
| 3.000m | Final | 35 a 64 | Hombres/Mujeres |
| 400m | Final | Todos | Hombres/Mujeres |
| 60m v. | Final | Todos | Hombres/Mujeres |
| Altura | Final | Todas | Mujeres |
| Longitud | Final | M45 y + | Hombres |
| Pértiga | Final | M50 y + y Mujeres | Mixto |
| Peso | Final | M60/M65 | Hombres |
| Peso | Final | F35/F40/F45 | Mujeres |

Jornada de tarde

| | | | |
|----------|---------------|-----------------|-----------------|
| 60m | Eliminatorias | 35 a 69 | Hombres/Mujeres |
| 60m | Final | Todos | Hombres/Mujeres |
| 800m | Final | Todos | Hombres/Mujeres |
| Altura | Final | M35/M40/M45/M50 | Hombres |
| Longitud | Final | M35/M40 | Hombres |

| | | | |
|-------------------------------|-------|---------------------|-----------------|
| Pértiga | Final | M35/M40/M45 | Hombres |
| Peso | Final | M35/M40/M45/M50/M55 | Hombres |
| Triple | Final | M60 y + | Hombres |
| Triple | Final | Todas | Mujeres |
| Domingo, 11 marzo 2019 | | | |
| 1.500m | Final | Todos | Hombres/Mujeres |
| 200m | Final | Todos | Hombres/Mujeres |
| 4x200m | Final | Todas | Mujeres |
| 4x200m | Final | Todas | Hombres |
| Altura | Final | M55 | Hombres |
| Pentatlón | Final | Todos | Hombres |
| Peso | Final | F50 y F55 | Mujeres |
| Peso | Final | M70 y M75 | Hombres |
| Triple | Final | M50 y M55 | Hombres |
| Triple | Final | M35/M40/M45 | Hombres |

El horario detallado se confeccionará en base a la inscripción real, se hará público en la página web de la RFEA no más tarde del miércoles anterior a la competición.

Horario límite de presentación en la Cámara de Llamadas:

| | |
|--------------------------|--|
| Carreras: | 15 minutos antes de la hora oficial de la prueba |
| Carreras con vallas: | 20 minutos antes de la hora oficial de la prueba |
| Saltos (excepto pértiga) | 30 minutos antes de la hora oficial de la prueba |
| Pértiga | 50 minutos antes de la hora oficial de la prueba |
| Lanzamientos | 30 minutos antes de la hora oficial de la prueba |

Art. 10) Pruebas Combinadas

El pentatlón masculino estará constituido por las siguientes pruebas y orden: Vallas, Longitud, Peso, Altura y 1.000m. Y el Pentatlón femenino por: Vallas, Altura, Peso, Longitud y 800m.

Art. 11) Limitación del número de pruebas por atleta

Cada atleta sólo podrá participar en un máximo de tres pruebas. Los atletas que hagan el pentatlón sólo podrán hacer esa prueba ese día. Los relevos **y las pruebas eliminatorias** están excluidos de esta limitación.

Art. 12) Confección de las Finales

Las finales se confeccionarán, cuando no haya habido ronda previa, en base a los tiempos acreditados en la inscripción.

M35 a M65 y F35 a F55

En 400m, los atletas con las dos mejores marcas de la inscripción sortearán las calles 5 y 6 de la serie 1, los dos siguientes las calles 3 y 4, los dos siguientes las calles 1 y 2, los dos siguientes (7º y 8º tiempos) las calles 5 y 6 de la serie 2, el 9º y 10º las calles de 3 y 4, etc.

M70 y + y F60 y +

En 400m, los atletas con las dos mejores marcas de la inscripción sortearán las calles 1 y 2 de la serie 1, los dos siguientes las calles 3 y 4, los dos siguientes las calles 5 y 6, los dos siguientes (7º y 8º tiempos) las calles 1 y 2 de la serie 2, el 9º y 10º las calles de 3 y 4, etc.

En 800m, 1.500m y 3.000m si hay que hacer más de una serie por categoría los mejores tiempos de la inscripción irán juntos en la serie 1, los tiempos más lentos irán en la serie 2 y sucesivas.

Art. 13) Trofeos

Los tres primeros clasificados de cada categoría recibirán medallas acreditativas doradas, plateadas y color bronce de la RFEA.

Art. 14) Todo aquello que no esté previsto en este apartado será regulado bajo las normas de la IAAF y de la RFEA.

Actualizado a 1 de noviembre de 2018
 Actualizado a 26 de noviembre de 2018
 Actualizado a 4 de diciembre de 2018
 Actualizado a 10 de enero de 2019