

## II CAMPEONATO DE ESPAÑA MÁSTER MILLA Y 10.000 m

**Art. 1)** Por delegación de la RFEA, la Federación Catalana de Atletismo y el Ayuntamiento de Sabadell organizarán el Campeonato de España de Milla en pista y 10.000 metros para atletas máster el 23 y 24 de mayo de 2020 en Sabadell (Barcelona).

**Art. 2)** Inscripciones

El plazo de inscripción se cierra el jueves 14 de mayo de 2020 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>

**Art. 3) Marcas de Inscripción**

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 2018 al 10 de mayo de 2020.

Al hacer la inscripción hay que escoger entre las diferentes opciones la marca que sea más interesante para el atleta, aire libre, pista cubierta o ruta:

**Milla**

HOMBRES	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85
<b>800 m</b>	2:05	2:08	2:12	2:17	2:25	2:35	2:50	3:10	3:25	3:50	4:40
<b>1.500 m</b>	4:15	4:22	4:30	4:40	5:00	5:20	5:40	6:20	7:00	8:00	9:30
<b>Milla</b>	4:35	4:45	4:55	5:05	5:25	5:45	6:10	6:55	7:40	8:40	10:15
<b>3.000 m</b>	9:15	9:30	9:50	10:15	10:45	11:30	12:20	13:30	15:00	17:00	20:15
MUJERES	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85
<b>800 m</b>	2:28	2:33	2:40	2:50	3:05	3:20	3:40	4:05	4:35	5:10	5:50
<b>1.500 m</b>	5:05	5:15	5:30	5:50	6:10	6:40	7:20	8:10	9:10	10:20	11:40
<b>Milla</b>	5:30	5:45	6:00	6:20	6:40	7:10	8:00	8:50	9:50	11:05	12:25
<b>3.000 m</b>	11:10	11:30	12:00	12:40	13:30	14:20	15:30	17:30	20:00	22:00	25:00

**10.000 m**

HOMBRES	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85
<b>5.000 m</b>	16:00	16:30	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00	24:00	26:00	30:00	34:50
<b>10.000 m</b>	34:00	35:00	36:00	38:00	40:00	42:00	44:00	50:00	54:00	1h02	1h12
MUJERES	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85
<b>5.000 m</b>	19:00	20:00	21:00	22:00	23:00	24:00	26:00	30:00	34:00	38:00	42:00
<b>10.000 m</b>	40:00	42:00	44:00	46:00	48:00	50:00	54:00	1h02	1h12	1h20	1h25

**Art. 4) Horario:** (F indica mujeres y M indica hombres)

Jornada de sábado tarde: 10.000m Mujeres y M60 y + / Milla M35 a M55

Jornada de domingo mañana: 10.000m M35 a M55 / Milla Mujeres y M60 y +

El horario final se realizará en función de la inscripción, publicándose el martes anterior.

**Art.5)** Los dorsales se podrán retirar hasta 1 hora antes del inicio de cada prueba.

**Art.6) Trofeos**

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

Actualizado a 30 de noviembre de 2019