

# MARCAS MÍNIMAS DE PARTICIPACIÓN CTO. ESPAÑA MÁSTER 2017-2018

Minimas endurecidas respecto a la temporada 2016-2017

**Cross\*** La marca que se indica en el Cross es para participar en los ctos. de 5.000m y 10.000m. Para el cto. de cross no hace falta marca mínima alguna para poder participar.

HOMBRES	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95
50m	6.70	6.90	7.15	7.40	7.65	8.20	8.50	9.20	10.00	10.85	12.10	15.00	24.20
60m	7.80	8.10	8.40	8.70	9.00	9.60	10.20	11.00	12.00	13.00	14.50	18.00	29.00
100m	12.40	12.90	13.50	13.90	14.40	14.90	15.50	17.00	18.50	20.00	22.00	25.00	42.00
200m	25.00	26.00	27.00	28.00	29.00	30.00	33.00	35.00	38.00	42.00	50.00	1:02	1:30
400m	55.00	56.50	58.00	1:00	1:03	1:08	1:15	1:22	1:30	1:45	2:00	2:40	3:30
800m	2:05	2:10	2:15	2:20	2:30	2:40	2:50	3:10	3:25	3:50	4:40	6:10	8:10
1.500m	4:15	4:25	4:35	4:45	5:05	5:25	5:45	6:20	7:00	8:00	9:30	12:30	20:00
Milla	4:35	4:45	5:00	5:10	5:30	5:55	6:15	6:55	7:40	8:40	10:15	13:30	21:30
3.000m	9:15	9:35	9:55	10:15	11:00	11:40	12:20	13:30	15:00	17:00	20:15	26:50	42:50
5.000m	16:00	16:30	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00	24:00	26:00	30:00	34:50	46:10	1h14
10.000m	33:30	34:30	35:30	37:30	39:30	41:30	44:00	49:30	53:30	1h02	1h12	1h35	2h30
50m vallas	8.35	8.75	9.20	09.20	10.20	10.85	11.25	11.70	12.50	15.00	18.35	23.35	30.00
60m vallas	10.00	10.50	11.00	11.00	12.00	13.00	13.50	14.00	15.00	18.00	22.00	28.00	36.00
Cross*	28:00	28:30	21:00	22:00	23:30	25:30	27:00	29:00	32:00	36:00			
Vallas Altas	18.50	19.50	20.50	20.50	21.50	22.00	23.00	19.00	21.00	24.00	27.0	33.0	47.0
Vallas Bajas	1:02	1:04	1:07	1:12	1:16	55.00	1:00	1:05	1:15	1:20	1:36	2:10	3:42
Obstáculos	10:30	11:15	11:45	12:15	12:45	8:30	9:30	10:30	11:30	No autorizado			
Altura	1,70	1,65	1,60	1,50	1,40	1,30	1,25	1,10	1,05	1,00	0,90	0,70	0,60
Pértiga	3,50	3,25	3,00	2,75	2,50	2,25	2,00	1,95	1,70	1,45	1,10	0,80	
Longitud	5,80	5,40	5,10	4,80	4,50	4,00	3,70	3,40	3,10	2,70	2,10	1,50	0,70
Triple	11,50	10,50	10,00	9,50	9,00	8,50	8,00	7,00	6,50	5,50	4,50	3,50	2,50
Peso	12,00	11,00	10,00	10,00	9,00	10,00	9,00	8,00	7,00	7,00	6,00	4,00	3,00
Disco	30,00	29,00	28,00	32,00	30,00	32,00	30,00	26,00	24,00	20,00	16,00	10,00	8,00
Martillo	35,00	32,50	30,00	32,00	30,00	32,00	30,00	25,00	22,00	18,00	14,00	8,00	6,00
Martillo Pesado	12,00	11,00	10,00	12,00	11,00	11,00	10,00	10,00	9,00	7,00	6,00	5,00	4,00
Jabalina	42,50	40,00	37,50	40,00	37,50	30,00	27,50	25,00	20,00	16,00	14,00	10,00	6,00
Pentatlón	2.600	2.600	2.600	2.600	2.600	2.600	2.600	2.500	2.500	2.500	2.500	2.500	2.500
Decatlón	4.500	4.500	4.500	4.500	4.500	4.500	4.500	4.000	4.000	4.000	4.000	4.000	4.000
Pentatlón Lanzamientos	2.300	2.300	2.300	2.300	2.300	2.300	2.300	2.200	2.200	2.200	2.200	2.200	2.200
3.000m Marcha	14:30	15:00	15:30	16:00	16:30	17:00	18:45	20:00	21:30	23:00	25:00	28:00	31:00
5.000m Marcha	25:00	26:00	27:00	28:00	29:00	30:00	31:30	34:00	37:00	40:00	44:00	48:00	54:00
10km Marcha	51:30	53:30	55:45	58:00	1h00	1h02	1h06	1h11	1h17	1h24	1h32	1h40	1h52

MUJERES	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	
50m	7.90	8.20	8.75	9.20	9.60	10.00	10.85	11.70	12.50	13.35	
60m	9.00	9.50	10.00	10.50	11.00	12.00	13.00	14.00	15.00	16.00	
100m	15.00	15.50	16.00	17.00	18.00	20.00	21.00	22.50	24.00	27.00	
200m	30.00	31.00	32.00	34.00	36.00	41.00	43.00	46.00	50.00	56.00	
400m	1:06	1:08	1:10	1:16	1:26	1:33	1:41	1:50	2:00	2:11	
800m	2:30	2:35	2:45	2:55	3:10	3:30	3:50	4:15	4:45	5:15	
1.500m	5:10	5:20	5:40	6:00	6:30	7:10	8:00	9:00	10:00	11:00	
Milla	5:35	5:50	6:10	6:30	7:05	7:40	8:45	9:45	10:45	11:45	
3.000m	11:10	11:30	12:10	12:50	13:50	15:00	17:00	19:00	21:00	23:00	
5.000m	19:30	20:30	21:30	22:30	23:30	26:00	28:00	32:00	36:00	40:00	
10.000m	40:30	42:30	44:30	46:30	48:30	53:30	57:30	1h06	1h14	1h22	
50m v.	9.20	10.00	10.85	11.70	12.50	12.95	13.75	14.60	16.25	18.35	
60m v.	11.00	11.50	12.50	13.50	14.50	15.50	16.50	17.50	19.50	22.00	
Vallas Altas	19.00	17.00	17.50	18.00	19.00	20.00	23.00	27.00	32.00	38.00	
Vallas Bajas	1:12	1:16	1:20	1:00	1:10	1:15	1:20	1:30	1:40	1:54	
Obstáculos	8:15	8:30	9:00	9:30	10:00	11:00	11:30	No autorizado			
Cross	24:00	25:30	27:00	28:00	29:00	31:30	33:30				
Altura	1,35	1,30	1,25	1,20	1,15	1,05	1,00	0,95	0,85		
Pértiga	2,40	2,20	2,00	1,80	1,60	1,40	1,20	1,10	0,80		
Longitud	4,50	4,25	4,00	3,75	3,50	3,00	2,70	2,40	2,10	1,80	
Triple	9,00	8,40	7,80	7,20	6,60	6,00	5,40	4,80	4,20	3,60	
Peso	9,00	8,00	7,50	7,50	7,00	6,00	5,00	6,00	5,00	5,00	

Disco	28,00	26,00	24,00	22,00	20,00	16,00	14,00	12,00	10,00	8,00
Martillo	26,00	24,00	22,00	22,00	20,00	18,00	16,00	14,00	12,00	9,50
Martillo Pesado	9,00	8,00	7,00	8,00	7,00	7,00	6,00	5,00	4,50	3,50
Jabalina	28,00	26,00	24,00	22,00	20,00	16,00	14,00	12,00	10,00	8,00
Pentatlón	2.200	2.200	2.200	2.200	2.200	2.000	2.000	2.000	2.000	2.000
Heptatlón	3.000	3.000	3.000	3.000	3.000	2.500	2.500	2.500	2.500	2.500
Pentatlón Lanzamientos	2.200	2.200	2.200	2.200	2.200	2.000	2.000	2.000	2.000	2.000
3.000m Marcha	17:30	18:15	19:00	20:00	21:00	22:30	23:30	25:00	26:30	29:00
5.000m Marcha	31:00	32:00	33:00	34:00	35:00	39:00	41:00	43:00	46:00	50:00
10km Marcha	1h04	1h06	1h08	1h11	1h13	1h21	1h26	1h30	1h36	1h45

## MARCAS MÍNIMAS MEDALLA CTO. ESPAÑA MÁSTER RUTA Y RELEVOS 2017-2018

Mínimas endurecidas respecto a la temporada 2016-2017

HOMBRES	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95
10km	33:30	34:30	35:30	37:30	39:30	41:30	44:00	47:30	52:00	1h00	1h12	1h35	2h30
Medio Maratón	1h15	1h18	1h21	1h24	1h28	1h32	1h36	1h41	1h57	2h13	2h40	3h35	
Maratón	2h40	2h45	2h50	3h00	3h10	3h20	3h30	3h45	4h05	4h40	5h40	7h30	
100km	8h05	8h25	8h45	9h10	9h40	10h05	10h40	1h20	12h25	No autorizado			
10km Marcha	51:30	53:30	55:45	58:10	1h01	1h04	1h08	1h13	1h18	1h25	1h34	1h45	2h00
20km Marcha	1h47	1h50	1h55	2h00	2h05	2h11	2h14	2h29	2h41	2h56	3h16	3h43	4h22
4x100m	55.00	57.00	59.00	1:01	1:03	1:05	1:07	1:10	1:15	1:22	1:29	1:45	3:00
4x200m	1:51	1:55	1:59	2:03	2:08	2:12	2:17	2:27	2:40	2:58	3:30	4:20	6:23
4x400m	4:05	4:15	4:25	4:35	4:45	4:50	5:15	5:45	6:15	7:05	8:30	11:15	15:00
MUJERES	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80			
10km	40:30	42:30	44:30	46:30	48:30	53:30	57:30	1h06	1h14	1h22			
Medio Maratón	1h30	1h35	1h40	1h45	1h50	2h00	2h10	2h20	2h40	3h00			
Maratón	3h10	3h20	3h30	3h40	3h50	4h10	4h25	5h00	5h40	6h30			
100km	9h30	10h20	11h00	11h45	12h40	No autorizado							
5km Marcha	31:25	32:40	34:00	35:40	37:40	40:00	42:45	46:10	50:30	56:00			
10km Marcha	1h05	1h08	1h11	1h15	1h19	1h24	1h31	1h39	1h49	2h02			
4x100m	1:07	1:11	1:15	1:19	1:23	1:27	1:31	1:37	1:44	1:57			
4x200m	2:18	2:26	2:35	2:44	2:53	3:02	3:10	3:19	3:37	4:10			
4x400m	5:20	5:40	5:55	6:15	6:30	6:50	7:20	8:10	9:15	10:20			