

## ÁREA TÉCNICA

### CIRCULAR Nº 82/2018

Madrid, 30 de octubre de 2018

Para General Conocimiento de Clubes, Entrenadores, Atletas

### NORMAS GENERALES DE COMPETICIÓN PARA CAMPO A TRAVÉS PISTA CUBIERTA Y AIRE LIBRE TEMPORADA 2018/2019

Siguiendo la normativa de la RFEA y con los cambios propios necesarios en las categorías Benjamín y Alevín, se adjuntan las normas generales de competición para la presente temporada.

## 1 CATEGORÍAS

Las categorías para hombres y mujeres son las siguientes:

Máster	- Desde el día que cumplan 35 años
Sénior	- Nacidos/as en 1996 y anteriores
Sub 23	- Nacidos/as en 1997 ,1998 y 1999
Sub 20	- Nacidos/as en 2000 y 2001
Sub 18	- Nacidos/as en 2002 y 2003
Sub 16	- Nacidos/as en 2004 y 2005
Sub 14	- Nacidos/as en 2006 y 2007
Alevín	- Nacidos/as en 2008 y 2009
Benjamín	- Nacidos/as en 2010 y 2011
Minis	- Nacidos/as en 2012 y 2013

## 2 CAMPO A TRAVÉS

Distancias máximas recomendables para todas las competiciones oficiales dentro de cada mes y categoría:

### HOMBRES

Meses	Largo	Corto	Sub 23 (97, 98 y 99)	Sub 20 (00 y 01)	Sub 18 (02 y 03)	Sub 16 (04 y 05)	Sub 14 (06 y 07)	Alevín (08 y 09)	Benjamín (10 y 11)	Máster 35 años o mas
Noviembre	9.000	4.000	9.000	6.000	4.000	3.000	2.000	750	500	4.000
Diciembre	10.000	4.000	10.000	6.500	4.500	3.500	2.500	1.000	750	5.000
Enero	10.000	4.000	10.000	7.000	5.000	4.000	3.000	1.000	1.000	6.000
Febrero	10.000	4.000	10.000	7.500	5.500	4.500	3.000	1.500	1.000	7.000
Marzo	10.000	4.000	10.000	8.000	6.000	5.000	3.000	1.500	1.200	8.000

## MUJERES

Meses	Largo	Corto	Sub 23 (97, 98 y 99)	Sub 20 (00 y 01)	Sub 18 (02 y 03)	Sub 16 (04 y 05)	Sub 14 (06 y 07)	Alevín (08 y 09)	Benjamín (10 y 11)	Máster 35 años o mas
Noviembre	8.000	4.000	8.000	4.000	3.000	1.500	1.000	750	500	4.000
Diciembre	8.000	4.000	8.000	4.500	3.000	2.000	1.000	1.000	750	4.500
Enero	9.000	4.000	9.000	5.000	3.500	2.500	1.500	1.000	1.000	5.000
Febrero	10.000	4.000	10.000	5.500	4.000	2.500	2.000	1.500	1.000	5.500
Marzo	10.000	4.000	10.000	6.000	4.000	3.000	2.000	1.500	1.200	6.000

## 3 PISTA CUBIERTA

(1 de noviembre de 2015 a 31 de marzo de 2019)

## HOMBRES

Cat.	Sénior (96 y anteriores)	Sub 23 (97-98-99)	Sub 20 (00 y 01)	Sub 18 (02 y 03)	Sub 16 (04 y 05)	Sub 14 (06 y 07)	Alevín (08 y 09)	Benjamín (10 y 11)
Carreras	60	60	60	60	60	60	60	50
	200	200	200	200	-----	-----	-----	-----
	400	400	400	400	300	-----	-----	-----
	800	800	800	800	600	500	600	500
	1.500	1.500	1.500	1.500	1.000	1.000	1.000	1.000
	3.000	3.000	3.000	3.000	3.000	2.000	-----	-----
Vallas	60 (1,067)	60 (1,067)	60 (1,00)	60 (0,914)	60 (0,914)	60 (0,84)	-----	-----
Saltos	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura
	Longitud	Longitud	Longitud	Pértiga	Pértiga	Pértiga	-----	-----
	Triple Pértiga	Triple Pértiga	Triple Pértiga	Longitud Triple	Longitud Triple	Longitud Triple***	Longitud* **	Longitud***
Lanzam.	Peso (7,260)	Peso (7,260)	Peso (6 kg)	Peso (5 kg)	Peso (4 kg)	Peso (3 kg)	Peso (2 kg)	Peso (2 kg)
COMBINADAS	<u>Heptatlón</u>	<u>Heptatlón</u>	<u>Heptatlón</u>	<u>Heptatlón</u>	<u>Exatlón</u>	<u>Pentatlón</u>		
	60	60	60	60	60	60		
	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud		
	Peso	Peso	Peso	Peso	Peso	Peso		
	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura		
	60 v. Pértiga 1000	60 v. Pértiga 1000	60 v. Pértiga 1000	60 v. Pértiga 1000	60 v. Pértiga 1000	60 v. 1000	60 v.	

\*\*\* Carrera máxima 15 m.

Los atletas Sub 20 están autorizados a participar con las vallas y los artefactos de los Sénior, así como el Heptatlón Sénior

Los atletas Sub 18 están autorizados a participar con las vallas y los artefactos de los Sub 20 haciéndolo extensible a Absoluto si el artefacto Sub 20 coincidiese con el Absoluto.

## MUJERES

Cat.	Sénior (96 anteriores)	Sub 23 (97-98-99)	Sub 20 (00 y 01)	Sub 18 (02 y 03)	Sub 16 (04 y 05)	Sub 14 (06 y 07)	Alevín (08 y 09)	Benjamín (10 y 11)
Carreras	60	60	60	60	60	60	60	50
	200	200	200	200	-----	-----	-----	-----
	400	400	400	400	300	-----	-----	-----
	800	800	800	800	600	500	600	500
	1.500	1.500	1.500	1.500	1.000	1.000	1.000	1.000
	3.000	3.000	3.000	3.000	3.000	2.000	-----	-----
Vallas	60 (0,84)	60 (0,84)	60 (0,84)	60 (0,762)	60 (0,762)	60 (0,762)	-----	-----
Saltos	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura
	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud***	Longitud***
	Triple	Triple	Triple	Triple	Triple	Triple***	-----	-----
	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	-----	-----
Lanzam.	Peso (4 k)	Peso (4 k)	Peso (4 k)	Peso (3 kg)	Peso (3 kg)	Peso (3 kg)	Peso (2 kg)	Peso (2 kg)
Pruebas Combinadas	Pentatlón	Pentatlón	Pentatlón	Pentatlón	Pentatlón	Tetratlón		
	60 v.	60 v.	60 v.	60 v	60 v	60 v		
	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Peso		
	Peso	Peso	Peso	Peso	Peso	Longitud		
	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	60		

\*\*\* Carrera máxima 15 m.

Las atletas Sub 18 están autorizadas a participar con las vallas y los artefactos de las Sub 20 haciéndolo extensible a Absoluto si el artefacto Sub 20 coincidiese con el Absoluto.

## 4 AIRE LIBRE (Pruebas autorizadas por categorías)

### HOMBRES

Cat.	Sénior (96 y anteriores)	Sub 23 (97-98-99)	Sub 20 (00 y 01)	Sub 18 (02 y 03)	Sub 16 (04 y 05)	Sub 14 (06 y 07)	Alevín (08 y 09)	Benjamín (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	600	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	-----	-----
	10.000	10.000	10.000	5.000	-----	-----	-----	-----
	Medio Maratón	Medio Maratón	Medio Maratón	10km	-----	-----	-----	-----
	Maratón	Maratón	-----	-----	-----	-----	-----	-----
	Vallas	110 (1,067) 400 (0,914) 3.000 obs.	110 (1,067) 400 (0,914) 3.000 obs.	110 (1,00) 400 (0,914) 3.000 obs.	110 (0,914) 400 (0,84) 2.000 obs. (0,914)	100 (0,914) 300 (0,84) 1.500 obs. (0,762)	80 (0,84) 220 (0,76) 1.000 obs. (0,762)	50 (0,60) ----- -----

Saltos	Altura Pértiga	Altura Pértiga	Altura Pértiga	Altura Pértiga	Altura Pértiga	Altura Pértiga	Altura Longitud ***	Altura ----- Longitud ***
	Longitud Triple	Longitud Triple	Longitud Triple	Longitud Triple	Longitud Triple	Longitud Triple ***	-----	-----
Lanzam.	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)	-----	-----
	Jabalina (800gr)	Jabalina (800gr)	Jabalina (800gr)	Jabalina (700gr)	Jabalina (600gr)	Jabalina (500gr)	Jabalina blanda	Jabalina blanda
	Martillo (7,260)	Martillo (7,260)	Martillo (6kg)	Martillo (5kg)	Martillo (4kg)	Martillo (3kg)	-----	-----
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	4 x 200	3 x 600	3 x 500
Marcha	20 km	20 km	10 km	5 km	5 km	3 km	2 km	1 km
	50 km	50 km	20 km	10 km	10 km	5 km	-----	-----
Combinadas	Decatlón	Decatlón	Decatlón	Decatlón	Octatlón	Pentatlón		
	100	100	100	100	100	80 v.		
	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Peso (4kg)	Altura		
	Peso	Peso	Peso (6kg)	Peso (5kg)	Altura	Peso		
	Altura	Altura	Altura	Altura	Disco (1kg)	Longitud		
	400	400	400	400		Jabalina		
	110 v	110 v	110 (1,00)	110 (0,914)	100			
	Disco	Disco	Disco (1,750)	Disco (1,5kg)	v.(0,914)			
	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga			
	Jabalina	Jabalina	Jabalina (800gr)	Jabalina (700gr)	Jabalina (600gr)			
	1.500	1.500	1.500	1.500	1.000			

\*\*\* Carrera máxima 15m.

Los atletas Sub 20 están autorizados a participar con las vallas y los artefactos de los Sénior, así como el Decatlón Sénior

Los atletas Sub 18 están autorizados a participar con las vallas y los artefactos de los Sub 20, así como el Decatlón Sub 20, haciéndolo extensible a Absoluto si el artefacto Sub 20 coincidiese con el Senior.

## MUJERES

Cat.	Sénior (96 anteriores)	Sub 23 (97-98-99)	Sub 20 (00 y 01)	Sub 18 (02 y 03)	Sub 16 (04 y 05)	Sub 14 (06 y 07)	Alevín (08 y 09)	Benjamín (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	600	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	-----	-----
	10.000	10.000	5.000	5.000	-----	-----	-----	-----
	Medio Maratón	Medio Maratón	10.000	10km	-----	-----	-----	-----
	Maratón	Maratón	Medio Maratón	-----	-----	-----	-----	-----

Vallas	100 (0,84) 400 (0,762) 3.000 obs (0,762)	100 (0,84) 400 (0,762) 3.000 obs (0,762)	100 (0,84) 400 (0,762) 3.000 obs (0,762)	100 (0,762) 400 (0,762) 2.000 obs (0,762)	100 (0,762) 300 (0,762) 1.500 obs (0,762)	80 (0,762) 220 (0,762) -----	50 (0,60) ----- -----	50 (0,50) ----- -----
Saltos	Altura Pértiga	Altura Pértiga	Altura Pértiga	Altura Pértiga	Altura Pértiga	Altura Pértiga	Altura	Altura
	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud** *	Longitud** *
	Triple	Triple	Triple	Triple	Triple	Triple ***	-----	-----
Lanzam.	Peso (4kg)	Peso (4kg)	Peso (4kg)	Peso (3kg)	Peso (3kg) Disco (800gr)	Peso (3kg) Disco (800gr)	Peso (2kg)	Peso (2kg)
	Disco (1kg)	Disco (1kg)	Disco (1kg)	Disco (1kg)	Jabalina (500gr)	Jabalina (400gr)	-----	-----
	Jabalina (600gr)	Jabalina (600gr)	Jabalina (600gr)	Jabalina (500gr)	Martillo (3kg)	Martillo (3kg)	Jabalina blanda	Jabalina blanda
	Martillo (4kg)	Martillo (4kg)	Martillo (4kg)	Martillo (3kg)			-----	-----
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	4 x 200	3 x 600	3 x 500
Marcha	10 km	10 km	5 km - 10 km	5 km	3 km	3 km	2 km	1 km
	20 km	20 km	20 km	10 km	5 km	5 km	-----	-----
Combinadas	Heptatlón	Heptatlón	Heptatlón	Heptatlón	Exatlón	Pentatlón		
	100 v.	100 v.	100 v.	100 v.	100 v.	80 v.		
	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura		
	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.

Las atletas Sub 18 están autorizadas a participar con las vallas y los artefactos de las Sub 20, así como el Heptatlón Senior, haciéndolo extensible a Senior si el artefacto Sub 20 coincidiese con el Absoluto.

## a. 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	Sen-Sub 23	13,72	9,14	9,72
60	5	1,00	Sub 20	13,72	9,14	9,72
60	5	0,914	Sub 18	13,72	9,14	9,72
60	5	0,914	Sub 16	13	8,50	13
60	5	0,84	Sub 14	12,3	8,20	14,90

#### MUJERES

60	5	0,84	Sen-Sub 23-Sub 20	13	8,50	13
60	5	0,762	Sub 18-Sub 16	13	8,50	13
60	5	0,762	Sub 14	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

50	4	0,50	Benjamin	11,50	6,50	12,50
50	5	0,60	Alevin	11,50	7,00	10,50
80	8	0,84	Sub 14	12,30	8,20	10,30
100	10	0,914	Sub 16	13	8,50	10,50
110	10	0,914	Sub 18	13,72	9,14	14,02
110	10	1,00	Sub 20	13,72	9,14	14,02
110	10	1,067	Sen-Sub 23	13,72	9,14	14,02

220	5	0,762	Sub 14	40	35	40
300	7	0,84	Sub 16	50	35	40
400	10	0,84	Sub 18	45	35	40
400	10	0,914	Sen-Sub23-Sub20	45	35	40

#### MUJERES

50	5	0,50	Benjamin	11,50	6,50	12,50
50	5	0,60	Alevin	11,50	7,00	10,50
100	10	0,762	Sub 16-Sub 18	13	8,50	10,50
100	10	0,84	Sen-Sub23-Sub20	13	8,50	10,50

220	5	0,762	Sub 14	40	35	40
300	7	0,762	Sub 16	50	35	40
400	10	0,762	Sub 18	45	35	40
400	10	0,762	Sen-Sub23-Sub20	45	35	40

## b. NORMAS DE COMPETICIÓN PARA PRUEBAS DE SALTOS DE MENORES

### ALEVÍN Y BENJAMÍN

- **ALTURA:** Se comenzará a 0,90 m. si la colchoneta lo permite, y si no lo mínimo que permita la colchoneta, los atletas quedarán eliminados cuando realicen dos intentos nulos seguidos.
- **LONGITUD:** La carrera máxima permitida será de 15 metros.
- El número de intentos en todas las pruebas será de dos.

Esta normativa **UNICAMENTE** podrá ser modificada por el reglamento expreso de cada prueba y que sea debidamente publicado.

### c. NORMAS DE COMPETICIÓN PARA PRUEBAS DE OBSTÁCULOS DE MENORES

- **2.000m obstáculos Sub 18**

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 Sub 16**

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 Sub 14**

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.

FDO.- SANTIAGO DIEZ RODRIGUEZ  
Director Técnico

Vº. Bº. ISIDRO ARRANZ JUANILLA  
Presidente