

FEDERACIÓN DE ATLETISMO DE MADRID

CAMPEONATO DE MADRID DE COMBINADAS MÁSTER Y MARCHA

MÁSTER PISTA CUBIERTA

CONTROL PÉRTIGA MÁSTER

LUGAR: Pista Cubierta de Gallur
ACCESO: C/ Ángel Sanz Briz
DIA: 14/01/2023
HORA DE INICIO: 10.30
ORGANIZADOR: Federación de Atletismo de Madrid

REGLAMENTO

Art. 1 - Licencias autorizadas a participar:

- Licencias FAM 2023
- Categoría Máster: 35 años cumplidos el día de la prueba

Art. 2 - Inscripciones:

- [SDP RFEA](#) hasta las 23:59 del lunes 09/01/2023. El listado de admitidos se publicará el 10/01/2023. La participación estará limitada a las mejores marcas inscritas, marcas válidas de la temporada 2022 y 2023. Se tendrán en cuenta suma de marcas parciales. Para tener en cuenta la suma de marcas parciales, se deberá hacer inscripción en cada una de las pruebas que conforman la combinada.
- Para la prueba de control de pértiga además se deberá hacer el pago correspondiente en el siguiente enlace:
https://www.rockthesport.com/es/evento/gallur_20230114
- El número máximo de atletas admitidos en las combinadas será de 12 chicos y de 12 chicas.

Art. 3 – Normas técnicas:

Pruebas a Disputar:

Pentatlón	M	60 v, longitud, peso, altura, 1.000
Pentatlón	F	60 v, altura, peso, longitud, 800

Altura F: 1,00-1,06-1,12-1,18-1,21-1,24 y de 3 en 3

Altura M: 1,00-1,06-1,12-1,18-1,24-1,30-1,36-1,42-1,45 y de 3 en 3

Altura y distancia de las vallas:

HOMBRES		Nº Vallas	Altura Valla		Distancia		a meta
				1ª v.	Entre v.		
35-49	60	5	0,991	13,72	9,14	9,72	
50-59	60	5	0,914	13,00	8,50	13,00	
60-69	60	5	0,840	12,00	8,00	16,00	
70-79	60	5	0,762	12,00	7,00	20,00	
MUJERES							
35-39	60	5	0,840	13,00	8,50	13,00	
40-49	60	5	0,762	12,00	8,00	16,00	
50-59	60	5	0,762	12,00	7,00	20,00	
60 y +	60	5	0,686	12,00	7,00	20,00	

Cadencia control Pértiga M-F: 1,63-1,73-1,83-1,93-2,03-2,13-2,23-2,33-2,38 y de 5 en 5 cm

Art. 4 – Normativa general de inscripciones: [Reglamento de Inscripciones 2023](#)

HORARIO

CARRERAS

Acceso zona calentamiento	Cámara Llamadas	Acceso Pista	Comienzo Prueba	Prueba	Sexo	Series
9:50	10:20	10:25	10:30	60 mv (1,000)	M	35 a 49 años
				60 mv (0,914)	M	50 a 59 años
				60 mv (0,84)	F	35 a 39 años
				60 mv (0,84)	M	60 a 69 años
				60 mv (0,762)	F	40 a 49 años
				60 mv (0,762 y 0,686)	F	50 en adelante
10:30	11:00	11:05	11:10	3000 m. marcha	M-F	SERIE 1
10:37	11:07	11:12	11:27	3000 m. marcha	M-F	SERIE 2
11:07	11:37	11:42	11:47	3000 m. marcha	M-F	SERIE 3
			Al finalizar la prueba anterior	1000 ml Pentatlón	M	
			Al finalizar la prueba anterior	800 ml Pentatlón	F	

CONCURSOS

Acceso zona calentamiento	Cámara Llamadas	Acceso Pista	Comienzo Prueba	Prueba	Sexo	Tablas y artefactos
9:50	10:15	10:20	10:50	Pértiga máster control	M-F	1,63
			11:00	Longitud Pentatlón	M	
			11:25	Altura Pentatlón	F	Art. 3 reglamento
			Al finalizar la prueba anterior	Peso Pentatlón	M	
			Al finalizar la prueba anterior	Peso Pentatlón	F	
			Al finalizar la prueba anterior	Altura Pentatlón	M	Art. 3 reglamento
			Al finalizar la prueba anterior	Longitud Pentatlón	F	