





FEDERACIÓN DE ATLETISMO DE MADRID

REUNIÓN FAM 21 GALLUR

LUGAR: Pista Cubierta de Gallur ENTRADA: C/ Ángel Sanz Briz DIA: 10/03/2024

ORGANIZADOR: Federación de Atletismo de Madrid

REGLAMENTO

Art. 1 - Licencias autorizadas a participar:

- Licencias FAM 2024.
- Licencias nacionales de otras Comunidades Autónomas (siempre que no se limite la participación a atletas de Madrid). Mas información en el reglamento de inscripciones

Art. 2 - Inscripciones:

- <u>SDP RFEA</u> hasta las 23:59 del 05/03/2024. El listado de admitidos se publicará a partir del 06/03/2024. Cada atleta podrá inscribirse a un máximo de dos pruebas, si se inscribiera a más será eliminado de todas ellas.
- Los equipos de relevos deberán hacer la inscripción de cada atleta en la prueba y además deberán enviar un correo a <u>cencinas@atletismomadrid.com</u> con el nombre de los atletas que forman parte del equipo.
- La participación estará limitada a las mejores marcas inscritas (marcas válidas de las temporadas 2023 y 2024). Para el 400 m v se tendrán en cuenta las marcas de la misma prueba en aire libre, para el 500 se tendrán en cuenta marcas de 400, para el 1.000 se tendrán marcas de 800
- Los pagos para las pruebas deberán realizarse hasta las 23.59 del 05/03/2024 en el siguiente enlace (también se deberá pagar la prueba de relevos): https://www.rockthesport.com/es/evento/reunion-fam-21-gallur-10-marzo

Art. 3 - Normas técnicas:

- En la prueba de 4x800 máster los atletas pertenecientes a un mismo equipo deberán vestir equipación de similar color.
- Cadencia de los listones:
 - o Altura M: 1.1<mark>9-1,24-1,29-1,34-1,3</mark>9-1,44-1,49-1,54-1,59-1,64-1,69-1,74-1,77 y de 3 en 3 cm
 - O Altura F: 1,19-1,24-1,29-1,34-1,39-1,44-1,49 y de 3 en 3 cm
- Prueba de 400 vallas:

| | Salida | Curvas por | Vallas por | Altura | 1ª − 3ª valla | Distancia 2ª-4ª | Distancia |
|---|--------|------------|--------------|--------|---------------|---------------------|--------------|
| | | calles | vuelta:4 | vallas | (línea recta, | vallas (línea recta | última valla |
| | | | Total vallas | | sin calles) | sin calles) | a meta |
| М | 400 | 2 | 8 | 0,914 | 5 m desde | 25 m | 5 m |
| F | 400 | 2 | 8 | 0,762 | comienzo de | | |
| | | | | | recta | | |

Art. 4 – Normativa general de inscripciones: Reglamento de Inscripciones

Colaboradores











HORARIO

(LOS HORARIOS PODRÁN SUFRIR MODIFICACIONES HASTA LAS 14:00 DEL VIERNES ANTERIOR A LA PRUEBA)

| CARRERAS | | | | | | |
|---------------------------|--------------------|-----------------|--------------------|--------------|------|---------|
| Acceso zona calentamiento | Cámara Llamadas | Acceso Pista | Comienzo Prueba | Prueba | Sexo | Series |
| | | | 15:50 | 400 mv | М | SERIE 1 |
| 15:10 | 15:40 | 15:45 | 15:53 | 400 mv | M | SERIE 2 |
| | | | 15:56 | 400 mv | М | SERIE 3 |
| 15:21 | 15:51 | 15:56 | 16:01 | 400 mv | F | SERIE 1 |
| 15:27 | 15:57 | 16:02 | 16:07 | 1.000 ml | F | SERIE 1 |
| 15:32 | 16:02 | 16:07 | 16:12 | 1.000 ml | F | SERIE 2 |
| 15:37 | 16:07 | 16:12 | 16:17 | 1.000 ml | М | SERIE 1 |
| 15:41 | 16:11 | 16:16 | 16:21 | 1.000 ml | М | SERIE 2 |
| 15:45 | 16:15 | 16:20 | 16:25 | 1.000 ml | М | SERIE 3 |
| 15:49 | 16:19 | 16:24 | 16:29 | 1.000 ml | M | SERIE 4 |
| 15:54 | 16:24 | 16:29 | 16:34 | 1.000 ml | М | SERIE 5 |
| 15:59 | 16:29 | 16:34 | 16:39 | 1.000 ml | M | SERIE 6 |
| 16:05 | 16:35 | 16:40 | 16:45 | 500 ml | F | SERIE 1 |
| 16:09 | 16:39 | 16:44 | 16:49 | 500 ml | М | SERIE 1 |
| 16:13 | 16:43 | 16:48 | 16:53 | 500 ml | М | SERIE 2 |
| 16:17 | 16:47 | 16:52 | 16:57 | 500 ml | M | SERIE 3 |
| 16:24 | 16:54 | 16:59 | 17:04 | 4x800 máster | М | SERIE 1 |











CONCURSOS

| Acceso zona calentamiento | Cámara Llamadas | Acceso Pista | Comienzo Prueba | Prueba | Sexo | Tablas y artefactos |
|---------------------------|--------------------|-----------------|--------------------|------------|------|--------------------------|
| 15:05 | 15:25 | 15:30 | 16:00 | Altura | F | |
| 15:20 | 15:25 | 15:30 | 16:00 | Longitud B | М | FOSO B 1 m SIN MEJORA |
| 15:10 | 15:30 | 15:35 | 16:05 | Longitud A | М | FOSO A |
| 16:10 | 16:30 | 16:35 | 17:05 | Longitud B | F | FOSO B SIN MEJORA |
| 16:25 | 16:45 | 16:50 | 17:20 | Longitud A | F | FOSO A |
| 16:45 | 17:05 | 17:10 | 17:40 | Altura | М | |
| 17:15 | 17:35 | 17:40 | 18:10 | Longitud C | F | FOSO B 1 m SIN MEJORA |







