

## FEDERACIÓN DE ATLETISMO DE MADRID

### CAMPEONATO DE MADRID SUB 23 CAMPEONATO ABSOLUTO DE 3.000 REUNIÓN FAM

**LUGAR:** Pista Cubierta de Gallur  
**ENTRADA:** C/ Ángel Sanz Briz  
**SALIDA:** C/ Gallur  
**DIA:** 6 y 7/02/2021  
**HORA DE INICIO:** 10.45  
**ORGANIZADOR:** Federación de Atletismo de Madrid

#### REGLAMENTO

##### **Art. 1 - Licencias autorizadas a participar:**

- Licencias FAM 2021
- 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:**

- [Extranet RFEA](#) hasta las 23:59 del 02/02/2021. El listado de admitidos se publicará el 03/02/2021.
- La participación estará limitada a las mejores marcas inscritas. Con el fin de poder admitir a un mayor número de atletas cada atleta podrá inscribirse a un máximo de una prueba por jornada, **si algún atleta se inscribiera a más pruebas de las permitidas será eliminado de todas ellas y en los casos del control no se les devolverá el importe de la inscripción.**
- Los pagos para las pruebas de control deberán realizarse hasta las 23.59 del 02/02/2021 en los siguientes enlaces para cada jornada:
  - Enlace 6 de febrero:  
[https://www.rockthesport.com/es/evento/gallur\\_20210206](https://www.rockthesport.com/es/evento/gallur_20210206)
  - Enlace 7 de febrero:  
[https://www.rockthesport.com/es/evento/gallur\\_20210207](https://www.rockthesport.com/es/evento/gallur_20210207)

##### **Art. 1 - Normas técnicas:**

- En aquellas pruebas donde esté previsto realizar semifinal y la participación no fuera suficiente, se realizará final directa en horario de la semifinal.
- En algunos concursos si no se cubriera el número máximo de atletas permitidos con los atletas del campeonato se completará con atletas de control. En longitud, triple y peso a la mejora pasarán las 8 mejores marcas de la prueba, más hasta completar 8 atletas del campeonato.
- En la prueba de 3000 solo se realizarán **dos** series tanto de chicas como de chicos con 10 atletas cada serie, tanto para el campeonato sub 23 como para el campeonato absoluto.
- En las pruebas del Campeonato se entregará medalla a los tres primeros de cada prueba, si un atleta no subiera a pódium se entenderá que renuncia a la medalla.

Colaborador  
Principal



Colaboradores



- Cadencia de los listones y tablas de triple

Altura Masculina: 1,62-1,67-1,72-1,77-1,82-1,87-1,92-1,95 y de 3 en 3 cm

Altura Femenina: 1,39-1,44-1,49-1,54-1,59-1,64-1,67 y de 3 en 3 cm

Pértiga Masculina: 2,50-2,80-3,10-3,40-3,70-3,95-4,20-4,45-4,55-4,65-4,75-4,85-4,95-5,00 y de 5 en 5 cm

Pértiga femenina: 2,15-2,40-2,65-2,85-3,05-3,20-3,35-3,50-3,60-3,70-3,80-3,90-3,95 y de 5 en 5 cm

Triple M: 9 y 11 m

Triple F: 8 y 10 m

#### Art. 4 – Normativa general de inscripciones: [Reglamento de Inscripciones 2021](#)

### REGLAMENTO ESPECIAL COVID DE OBLIGADO CUMPLIMIENTO

- NO SE PERMITE EL ACCESO DE PUBLICO EN LAS INSTALACIÓN
- LAS SERIES Y LOS RESULTADOS SE DEBERÁN CONSULTAR EN LA PÁGINA WEB DE LA FEDERACIÓN
- LOS ATLETAS DEBERÁN LLEVAR OBLIGATORIAMENTE LA MASCARILLA EN TODO MOMENTO, INCLUIDO CALENTAMIENTO. ÚNICAMENTE SE LA PODRÁN QUITAR A LA HORA DE COMPETIR, VOLVIÉNDOSELA A PONER UNA VEZ FINALIZADA LA PRUEBA.
- UNA VEZ QUE LOS ATLETAS TERMINEN LA PRUEBA DEBERÁN ABANDONAR INMEDIATAMENTE LA INSTALACIÓN, MANTENIENDO LA DISTANCIA DE SEGURIDAD OBLIGATORIA.
- SE DEBERÁN RESPETAR LOS HORARIOS INDICADOS DE ACCESO A LA INSTALACIÓN, NO PUDIENDO ACCEDER ANTES O DESPUÉS DE LOS MISMOS. EN TODO MOMENTO SE DEBERÁN SEGUIR LAS [NORMAS DE USO DE GALLUR PARA LAS COMPETICIONES](#).
- SE DEBERÁ ENTREGAR EL “[CONSENTIMIENTO INFORMADO](#) DE INSCRIPCIÓN Y PARTICIPACIÓN EN ACTIVIDADES Y COMPETICIONES FEDERADAS” A TRAVÉS DEL [FORMULARIO HABILITADO A TAL EFECTO](#). ESTE DOCUMENTO SE ENTREGARÁ SOLO UNA VEZ:
- EN LA PISTA SOLO PODRÁN ESTAR LOS ATLETAS QUE ESTÉN PARTICIPANDO EN ESE MOMENTO, LOS JUECES DE LAS PRUEBAS Y EL PERSONAL DE ORGANIZACIÓN. LOS ENTRENADORES DEBERÁN PERMANECER EN LAS GRADAS SEÑALIZADAS Y EL RESTO DE PERSONAL DEBERÁ ESTAR FUERA DE LA INSTALACIÓN.
- LOS ATLETAS O ENTRENADORES QUE INCUMPLAN ESTOS ARTÍCULOS, O CUALQUIERA DE LOS INDICADOS EN EL PROTOCOLO COVID, SERÁN PROPUESTOS PARA SANCIÓN POR PARTE DE LA FEDERACIÓN DE ATLETISMO DE MADRID.
- [PROTOCOLO COVID-19](#) – [NOTA INFORMATIVA 2/2020](#) – [NOTA INFORMATIVA 1/2021](#)
- ENTRE LAS 14.00 H Y LAS 14.30 H TODOS LOS ATLETAS Y ENTRENADORES DEBERÁN ABANDONAR LA INSTALACIÓN.

- SOLO SE PERMITIRÁ EL ACCESO A ENTRENADORES CON LICENCIA EN VIGOR

## HORARIO

### 1ª Jornada

Acceso instalación	Acceso Pista	Comienzo Prueba	Prueba	Sexo		Salida Instalación
<b>CARRERAS</b>						
9.57	<b>10.20</b>	<b>10.27</b>	60 mv Sub 23	M	<b>FINAL</b>	10.34
10.04	<b>10.27</b>	<b>10.34</b>	60 mv control	M	SERIE 1	10.45
10.15	<b>10.38</b>	<b>10.45</b>	60 mv Sub 20 control	M	SERIE 1	10.56
10.26	<b>10.49</b>	<b>10.56</b>	60 mv Sub 18 control	M	SERIE 1	11.03
10.33	<b>10.56</b>	<b>11.03</b>	60 mv Sub 18 control	M	SERIE 2	11.10
10.40	<b>11.03</b>	<b>11.10</b>	60 mv Sub 18 control	M	SERIE 3	11.21
10.51	<b>11.14</b>	<b>11.21</b>	60 mv Sub 16 control	M	SERIE 1	11.32
11.02	<b>11.25</b>	<b>11.32</b>	60 mv Sub 23 Semifinal	F	SERIE 1	11:39
11.09	<b>11:32</b>	<b>11:39</b>	60 mv Sub 23 Semifinal	F	SERIE 2	11:46
11.16	<b>11:39</b>	<b>11:46</b>	60 mv control	F	SERIE 1	11:53
11.23	<b>11:46</b>	<b>11:53</b>	60 mv control	F	SERIE 2	12.00
11.30	<b>11:53</b>	<b>12.00</b>	60 mv control	F	SERIE 3	12.11
11.41	<b>12.04</b>	<b>12.11</b>	60 mv Sub 18 control	F	SERIE 1	12:18
11.48	<b>12.11</b>	<b>12:18</b>	60 mv Sub 18 control	F	SERIE 2	12:25
11.55	<b>12:18</b>	<b>12:25</b>	60 mv Sub 18 control	F	SERIE 3	12:32
12.02	<b>12:25</b>	<b>12:32</b>	60 mv Sub 16 control	F	SERIE 1	12:39
12.09	<b>12:32</b>	<b>12:39</b>	60 mv Sub 16 control	F	SERIE 2	12.46
12.16	<b>12:39</b>	<b>12.46</b>	60 mv Sub 16 control	F	SERIE 3	12.53
12.23	<b>12.46</b>	<b>12.53</b>	60 mv Sub 16 control	F	SERIE 4	13:04

12.34	<b>12:57</b>	<b>13:04</b>	60 mv Sub 23	F	<b>FINAL</b>	13.10
12.40	<b>13:05</b>	<b>13:10</b>	3.000 ml <b>CTO. ABSOLUTO</b>	F	SERIE 1	13:22
12.52	<b>13:17</b>	<b>13:22</b>	3.000 ml <b>CTO. ABSOLUTO</b>	F	SERIE 2	13.37
13.07	<b>13:32</b>	<b>13:37</b>	3.000 ml <b>CTO. ABSOLUTO</b>	M	SERIE 1	13:50
13.20	<b>13:35</b>	<b>13:50</b>	3.000 ml <b>CTO. ABSOLUTO</b>	M	SERIE 2	14.00
14.40	<b>15:05</b>	<b>15:10</b>	60 ml Sub 23 Semifinal	F	SERIE 1	15.15
14.45	<b>15:10</b>	<b>15:15</b>	60 ml Sub 23 Semifinal	F	SERIE 2	15.20
14.50	<b>15:15</b>	<b>15:20</b>	60 ml Sub 23 Semifinal	M	SERIE 1	15.25
14.55	<b>15:20</b>	<b>15:25</b>	60 ml Sub 23 Semifinal	M	SERIE 2	15.30
15.00	<b>15:25</b>	<b>15:30</b>	60 ml control	F	SERIE 1	15.35
15.05	<b>15:30</b>	<b>15:35</b>	60 ml control	F	SERIE 2	15.40
15.10	<b>15:35</b>	<b>15:40</b>	60 ml control	F	SERIE 3	15.45
15.15	<b>15:40</b>	<b>15:45</b>	60 ml control	F	SERIE 4	15.50
15.20	<b>15:45</b>	<b>15:50</b>	60 ml control	F	SERIE 5	15.55
15.25	<b>15:50</b>	<b>15:55</b>	60 ml control	F	SERIE 6	16.00
15.30	<b>15:55</b>	<b>16:00</b>	60 ml control	F	SERIE 7	16.05
15.35	<b>16:00</b>	<b>16:05</b>	60 ml control	F	SERIE 8	16.10
15.40	<b>16:05</b>	<b>16:10</b>	60 ml control	F	SERIE 9	16.15
15.45	<b>16:10</b>	<b>16:15</b>	60 ml control	F	SERIE 10	16.20
15.50	<b>16:15</b>	<b>16:20</b>	60 ml control Master	F	SERIE 1	16.25
15.55	<b>16:20</b>	<b>16:25</b>	60 ml control Master	F	SERIE 2	16.30
16.00	<b>16:25</b>	<b>16:30</b>	60 ml control Master	M	SERIE 1	16.35

16.05	16.30	16.35	60 ml control Master	M	SERIE 2	16.40
16.10	16.35	16.40	60 ml control	M	SERIE 1	16.45
16.15	16.40	16.45	60 ml control	M	SERIE 2	16.50
16.20	16.45	16.50	60 ml control	M	SERIE 3	16.55
16.25	16.50	16.55	60 ml control	M	SERIE 4	17.00
16.30	16.55	17.00	60 ml control	M	SERIE 5	17.05
16.35	17.00	17.05	60 ml control	M	SERIE 6	17.10
16.40	17.05	17.10	60 ml control	M	SERIE 7	17.15
16.45	17.10	17.15	60 ml control	M	SERIE 8	17.20
16.50	17.15	17.20	60 ml control	M	SERIE 9	17.25
16.55	17.20	17.25	60 ml control	M	SERIE 10	17.30
17.00	17.25	17.30	60 ml Sub 23	F	FINAL	17.35
17.05	17.30	17.35	60 ml Sub 23	M	FINAL	17.40
17.10	17.35	17.40	3.000 ml Sub 23	F	FINAL	17.55
17.25	17.50	17.55	3.000 ml Sub 23	M	FINAL	18.10

### CONCURSOS

Acceso instalación	Acceso Pista	Comienzo Prueba	Prueba	Sexo	Artefactos y tablas	Participantes
10.05	10.10	10.45	Longitud Sub 23	F		5
10.10	10.15	10.45	Peso sub 23 + control	M	7,260 Kg	5
11.55	11.30	12.00	Longitud sub 23	M		6
11.35	11.40	12.05	Peso sub 23	F	4 Kg	3
14.30	14.35	15.30	Pértiga sub 23 + control	F		11
14.55	15.00	15.30	Triple sub 23	M		2

15.55      **16.00**      **16.30**      Triple sub 23      F  
+ control      6

- Distancia y altura de vallas

60 mv. sub 23	M	1,067-13,72*9,14*9,72
60 mv. absoluto	M	1,067-13,72*9,14*9,72
60 mv. sub 20	M	1,00-13,72*9,14*9,72
60 mv. sub 18	M	0,914-13,72*9,14*9,72
60 mv. sub 16	M	0,914-13*8,5*13
60 mv. sub 23	F	0,84-13*8,5*13
60 mv. absoluto	F	0,84-13*8,5*13
60 mv. sub 18	F	0,762-13*8,5*13
60 mv. sub 16	F	0,762-13*8,5*13

- Cadencia pértiga Sub 23 + control:

## 2ª Jornada

Acceso instalación	Acceso Pista	Comienzo Prueba	Prueba	Sexo	SERIES	Salida Instalación
CARRERAS						
10.00	<b>10.20</b>	<b>10.25</b>	800 ml Sub 23	F	<b>FINAL</b>	10.30
10.05	<b>10.25</b>	<b>10.30</b>	800 ml control	F	SERIE 1	10.35
10.10	<b>10.30</b>	<b>10.35</b>	800 ml control	F	SERIE 2	10.40
10.15	<b>10.35</b>	<b>10.40</b>	800 ml control	F	SERIE 3	10.45
10.20	<b>10.40</b>	<b>10.45</b>	800 ml control	F	SERIE 4	10.50
10.25	<b>10.45</b>	<b>10.50</b>	800 ml control	F	SERIE 5	10.55
10.30	<b>10.50</b>	<b>10.55</b>	800 ml Sub 23	M	SERIE 1	11.00
10.35	<b>10.55</b>	<b>11.00</b>	800 ml Sub 23	M	SERIE 2	11.05
10.40	<b>11.00</b>	<b>11.05</b>	800 ml control	M	SERIE 1	11.10
10.45	<b>11.05</b>	<b>11.10</b>	800 ml control	M	SERIE 2	11.15
10.50	<b>11.10</b>	<b>11.15</b>	800 ml control	M	SERIE 3	11.20
10.55	<b>11.15</b>	<b>11.20</b>	800 ml control	M	SERIE 4	11.25
11.00	<b>11.20</b>	<b>11.25</b>	800 ml control	M	SERIE 5	11.30

Colaborador  
Principal



Colaboradores





11.00	<b>11.25</b>	<b>11.30</b>	1.500 ml Sub 23 + control	F	SERIE 1	11.38
11.08	<b>11.33</b>	<b>11.38</b>	1.500 ml control	F	SERIE 2	11.46
11.16	<b>11.41</b>	<b>11.46</b>	1.500 ml control	F	SERIE 3	11.54
11.24	<b>11.24</b>	<b>11.54</b>	1.500 ml Sub 23	M	SERIE 1	12.02
11.32	<b>11.32</b>	<b>12.02</b>	1.500 ml control	M	SERIE 1	12.10
11.40	<b>11.40</b>	<b>12.10</b>	1.500 ml control	M	SERIE 2	12.18
11.48	<b>11.48</b>	<b>12.18</b>	1.500 ml control	M	SERIE 3	12.26
11.56	<b>11.56</b>	<b>12.26</b>	1.500 ml control	M	SERIE 4	12.32
12.02	<b>12.02</b>	<b>12.32</b>	1.500 ml control	M	SERIE 5	12.40
12.10	<b>12.10</b>	<b>12.40</b>	1.500 ml control	M	SERIE 6	12.48
12.18	<b>12.18</b>	<b>12.48</b>	1.500 ml control	M	SERIE 7	12.56
12.26	<b>12.26</b>	<b>12.56</b>	1.500 ml control	M	SERIE 8	13.04
14.30	<b>14.54</b>	<b>15.00</b>	200 ml Sub 23 <b>FINAL</b>	F	SERIE 1	15.04
14.34	<b>15.00</b>	<b>15.04</b>	200 ml Sub 23 <b>FINAL</b>	F	SERIE 2	15.08
14.38	<b>15.04</b>	<b>15.08</b>	200 ml control	F	SERIE 1	15.12
14.42	<b>15.08</b>	<b>15.12</b>	200 ml control	F	SERIE 2	15.16
14.46	<b>15.12</b>	<b>15.16</b>	200 ml control	F	SERIE 3	15.20
14.50	<b>15.16</b>	<b>15.20</b>	200 ml control	F	SERIE 4	15.24
14.54	<b>15.20</b>	<b>15.24</b>	200 ml control	F	SERIE 5	15.28
14.58	<b>15.24</b>	<b>15.28</b>	200 ml control	F	SERIE 6	15.32
15.02	<b>15.28</b>	<b>15.32</b>	200 ml control	F	SERIE 7	15.36
15.06	<b>15.32</b>	<b>15.36</b>	200 ml control	F	SERIE 8	15.40

15.10	15.36	15.40	200 ml control	F	SERIE 9	15.44
15.14	15.40	15.44	200 ml control	F	SERIE 10	15.48
15.18	15.44	15.48	200 ml Master	F	SERIE 1	15.52
15.22	15.48	15.52	200 ml Master	F	SERIE 2	15.56
15.26	15.52	15.56	200 ml Master	M	SERIE 1	16.00
15.30	15.56	16.00	200 ml Master	M	SERIE 2	16.04
15.34	16.00	16.04	200 ml Master	M	SERIE 3	16.08
15.38	16.04	16.08	200 ml Master	M	SERIE 4	16.12
15.42	16.08	16.12	200 ml Master	M	SERIE 5	16.16
15.46	16.12	16.16	200 ml Sub 23 FINAL	M	SERIE 1	16.20
15.50	16.16	16.20	200 ml Sub 23 FINAL	M	SERIE 2	16.24
15.54	16.20	16.24	200 ml Sub 23 FINAL	M	SERIE 3	16.28
15.58	16.24	16.28	200 ml control	M	SERIE 1	16.32
16.02	16.28	16.32	200 ml control	M	SERIE 2	16.36
16.06	16.32	16.36	200 ml control	M	SERIE 3	16.40
16.10	16.36	16.40	200 ml control	M	SERIE 4	16.44
16.14	16.40	16.44	200 ml control	M	SERIE 5	16.48
16.18	16.44	16.48	200 ml control	M	SERIE 6	16.52
16.22	16.48	16.52	200 ml control	M	SERIE 7	16.56
16.26	16.52	16.56	200 ml control	M	SERIE 8	17.00
16.30	16.56	17.00	400 ml Sub 23 FINAL	F	SERIE 1	17.04
16.34	17.00	17.04	400 ml Sub 23 FINAL	F	SERIE 2	17.08
16.38	17.04	17.08	400 ml Sub 23 FINAL	F	SERIE 3	17.12



16.42	<b>17.08</b>	<b>17.12</b>	400 ml control	F	SERIE 1	17.16
16.46	<b>17.12</b>	<b>17.16</b>	400 ml control	F	SERIE 2	17.20
16.50	<b>17.16</b>	<b>17.20</b>	400 ml control	F	SERIE 3	17.24
16.54	<b>17.20</b>	<b>17.24</b>	400 ml control	F	SERIE 4	17.28
16.58	<b>17.24</b>	<b>17.28</b>	400 ml control	F	SERIE 5	17.32
17.02	<b>17.28</b>	<b>17.32</b>	400 ml control	F	SERIE 6	17.36
17.06	<b>17.32</b>	<b>17.36</b>	400 ml Master	F	SERIE 1	17.40
17.10	<b>17.36</b>	<b>17.40</b>	400 ml Master	F	SERIE 2	17.44
17.14	<b>17.40</b>	<b>17.44</b>	400 ml Master	M	SERIE 1	17.48
17.18	<b>17.44</b>	<b>17.48</b>	400 ml Master	M	SERIE 2	17.52
17.22	<b>17.48</b>	<b>17.52</b>	400 ml Sub 23 <b>FINAL</b>	M	SERIE 1	17.56
17.26	<b>17.52</b>	<b>17.56</b>	400 ml Sub 23 <b>FINAL</b>	M	SERIE 2	18.00
17.30	<b>17.56</b>	<b>18.00</b>	400 ml control	M	SERIE 1	18.04
17.34	<b>18.00</b>	<b>18.04</b>	400 ml control	M	SERIE 2	18.08
17.38	<b>18.04</b>	<b>18.08</b>	400 ml control	M	SERIE 3	18.12
17.42	<b>18.08</b>	<b>18.12</b>	400 ml control	M	SERIE 4	18.16
17.46	<b>18.12</b>	<b>18.16</b>	400 ml control	M	SERIE 5	18.20
17.50	<b>18.16</b>	<b>18.20</b>	400 ml control	M	SERIE 3	18.24
17.54	<b>18.20</b>	<b>18.24</b>	400 ml control	M	SERIE 7	18.28
<b>CONCURSOS</b>						
10.00	<b>10.15</b>	<b>10.45</b>	Altura sub 23	F		4
10.00	<b>10.15</b>	<b>10.45</b>	Longitud control	M		12
11.40	<b>11.45</b>	<b>12.15</b>	Altura sub 23	M		3

11.40	11.45	12.15	Longitud control	F	12
14.30	14.35	15.15	Altura control	M	12
14.30	14.35	15.30	Pértiga sub 23 + control	M	12
16.10	16.15	17.00	Altura control	F	12

- Cadencias Altura Sub 23 M:
- Cadencias Altura Sub 23 F:
- Cadencias Altura control M:
- Cadencias Altura control F:
- Cadencias Pértiga Sub 23 F:



# Federación Atletismo Madrid

Colaborador  
Principal



Colaboradores

