

FEDERACIÓN DE ATLETISMO DE MADRID

CAMPEONATO DE MADRID MÁSTER DE COMBINADAS CAMPEONATO DE MADRID MÁSTER DE RELEVOS, 5.000 y 5.000 MARCHA CAMPEONATO DE MADRID COMBINADAS SUB 14 (TRIATLONES) JORNADA DE MENORES

LUGAR: Pista de Atletismo del CDM Aluche
ACCESO: Av. De las Águilas s/n
DIA: 18 Y 19/05/2024
ORGANIZADOR: Federación de Atletismo de Madrid

REGLAMENTO

Art. 1 - Licencias autorizadas a participar:

- Licencias FAM 2024

Art. 2 - Inscripciones:

- [SDP RFEA](#) hasta las 23:59 del 13/05/2024 para todas las pruebas. La participación estará limitada a las mejores marcas inscritas. En las combinadas se tendrá en cuenta suma de marcas parciales.
- En los triatlones sub 14 la participación estará limitada a las mejores marcas inscritas. Con el fin de poder admitir a un mayor número de atletas cada atleta podrá participar en un solo triatlón, **en la inscripción se pondrá en el apartado dorsal en el triatlón que tengan prioridad, si no se pone nada, se les admitirá en el que mejor posición tengan. El club organizador tendrá reservada una plaza por triatlón.** La puntuación se realizará por [tabla de puntuación de la RFEA](#)
- En el campeonato de relevos en la inscripción deberán figurar los 4 integrantes del equipo. Si el número de clubes inscrito fuera muy numeroso, se seleccionará a los equipos participantes según la suma de marcas parciales de al menos 3 componentes. Cada club podrá inscribir a un equipo de relevos por categoría. Atletas de categorías de más mayores podrán participar en categorías de más jóvenes (la categoría del relevo la marcará el atleta más joven de los integrantes). Un mismo atleta solo podrá participar en una sola categoría.
- Para el control de 5000 abs. Además de deberá hacer el pago hasta las 23.59 del 14/05/2024 en el siguiente enlace:
<https://www.rockthesport.com/es/evento/5000-f-aluche>

Art. 3 – Normas técnicas de competición combinadas máster:

Pruebas a Disputar:

Decatlón máster	M	100 ml, longitud, peso, altura, 400	Vallas altas, disco, Pértiga, jabalina, 1.500 ml
Heptatlón máster	F	Vallas altas, altura, peso, 200 ml	Longitud, Jabalina, 800

- Altura Masculina: 1,15-1,21- 1,27-1,33-1,36 y de 3 en 3 cm (se podrá pedir una altura más baja, múltiplo de las establecidas, siempre que los saltómetros lo permitan)
- Altura Femenina: 1,15-1,21-1,24 y de 3 en 3 cm (se podrá pedir una altura más baja, múltiplo de las establecidas, siempre que los saltómetros lo permitan)
- Pértiga Masculina: 1,80-2,00-2,20-2,40-2,60-2,80-3,00-3,20-3,40-3,50 y de 10 en 10 cm

Colaboradores

- Altura y distancia de las vallas:
 - 100 v W35-39: 0,84-13*8,5*10,5
 - 80 v 40-49: 0,762-12*8*12
 - 100 v sub 18 F: 0,762*13*8,5*10,5
 - 80 v 50 +: 0,762-12*7*19
 - 110 v sub 18: 0,914*13,72*9,14*14,02
 - 110 v M 35-49: 0,991-13,72*9,14*14,02
 - 100 v M 50-59: 0,914-13*8,5*10,5
 - 100 v 60-69: 0,84-12*8*16

Art. 4 – Normas técnicas de competición relevos:

- Cada club podrá inscribir un solo equipo de relevos por categoría.
- Se podrán hacer cambios en los equipos de relevos hasta media hora antes del horario de cada prueba.
- En las pruebas con más de una serie, el equipo vencedor será el que realice mejor tiempo del conjunto de las series.
- No será necesario especificar el orden de los relevistas.

Art. 5 - Normas técnicas triatlones sub 14:

- Pruebas a Disputar, el orden de las pruebas de cada triatlón será según horario

Triatlón	Pruebas	Atletas
A	80 v, peso, 80	16
B	Longitud, jabalina, 1.000	16
C	80 v, Altura, Longitud	16
D	Peso, disco, 80	16
E	80, jabalina, 2000 marcha	16

- Los concursos de longitud, disco, jabalina y peso se realizarán 3 intentos
- Altura y distancia de las vallas
 - 80 v sub 14: 0,84-12,30*8,20*10,30
 - 80 v sub 14: 0,762-12,30*8,20*10,30
- Cadencia de los listones:
 Altura Masculina sub 14: 1,06-1,12-1,18-1,24-1,30-1,36-1,39 y de 3 en 3 cm
 Altura Femenina sub 14: 1,06-1,12-1,18-1,24-1,30-1,36-1,39 y de 3 en 3 cm

Art. 5 – Normativa general de inscripciones: [Reglamento de Inscripciones](#)

HORARIO

1ª Jornada 18/05/2024

CARRERAS				
Acceso Pista	Comienzo Prueba	Prueba	Sexo	Series
	10:00	100 ml Decatlón	M	SERIE 1

Colaboradores



10:03	100 ml Decatlón	M	SERIE 2
10:10	100 mv Heptatlón	F	SERIE 1 W 35-39
10:16	80 mv Heptatlón	F	SERIE 1 W 45-49
10:22	80 mv Heptatlón	F	SERIE 1 W 50-59
10:28	80 mv Heptatlón	F	SERIE 1 W 65-69
	80 mv Triatlón A	M	
	80 mv Triatlón A	F	
11:00	50 sub 8	F	
	50 sub 8	M	
11:20	50 sub 10	F	
	50 sub 10	M	
11:45	60 sub 12	F	
	60 sub 12	M	
12:20	80 sub 14	F	
	80 sub 14	M	
Al finalizar la anterior	80 ml Triatlón A	M	
Al finalizar la anterior	80 ml Triatlón A	F	
Al finalizar la anterior	80 ml Triatlón D	M	
Al finalizar la anterior	80 ml Triatlón D	F	
Al finalizar la anterior	200 ml Heptatlón	F	
Al finalizar la anterior	400 ml Decatlón	M	

Colaboradores

CONCURSOS

Peso Triatlón D	F	3 Kg
Peso Triatlón D	M	3 Kg
Peso Triatlón A	F	3 Kg
Peso Triatlón A	M	3 Kg
Disco Triatlón D	F	800 g
Disco Triatlón D	M	800 g
Longitud Decatlón	M	
Altura Heptatlón	F	
Peso Decatlón	M	7,260 Kg, 6 Kg, 5 Kg
Peso Heptatlón	F	4 Kg, 3 Kg
Altura Decatlón	M	

2ª Jornada 19/05/2024

CARRERAS

Acceso Pista	Comienzo Prueba	Prueba	Sexo	Series
	10:00	110 mv Decatlón	M	SERIE 1 M 35-49
		100 mv Decatlón	M	SERIE 2 M 50-54
		100 mv Decatlón	M	SERIE 3 M 60-69
		80 mv Decatlón	M	SERIE 4 M 70-74
		80 mv Triatlón C	M	
		80 mv Triatlón C	F	

Colaboradores

Al finalizar la anterior	800 ml Heptatlón	F
Al finalizar la anterior	1500 ml Decatlón	M

CONCURSOS

Longitud
Heptatlón

F

Altura
Triatlón C

M

Longitud
Triatlón C

F

Altura
Triatlón C

F

Longitud
Triatlón C

M

Disco
Decatlón

M

2 Kg
1,750 Kg
1,5 Kg

Jabalina
Heptatlón

F

600 g 500 g

Pértiga
Decatlón

M

Jabalina
Decatlón

M

3ª Jornada 19/05/2024

CARRERAS

Acceso Pista	Comienzo Prueba	Prueba	Sexo	Series
	17:00	80 ml Triatlón E	F	
		80 ml Triatlón E	M	
	17:15	5.000 ml Máster+control	F	
	17:40	5.000 ml Máster	M	

Colaboradores

18:40	5.000 Marcha	M-F
19:30	4x100 Máster	F
	4x100 Máster	M
	4x100 Máster	M
Al finalizar la anterior	2.000 marcha Triatlón E	F
Al finalizar la anterior	2.000 marcha Triatlón E	M
Al finalizar la anterior	1.000 ml Triatlón B	F
Al finalizar la anterior	1.000 ml Triatlón B	M

CONCURSOS

	Longitud Triatlón B	F
	Longitud Triatlón B	M
	Jabalina Triatlón E	M
	Jabalina Triatlón E	F
	Jabalina Triatlón B	M
	Jabalina Triatlón B	F

Colaboradores



Federación Atletismo Madrid

Colaboradores

