

# **C) Pista Aire Libre**

## **A) NORMAS GENERALES**

**Art. 1)** Pruebas autorizadas al Aire Libre, por categorías:

También se recomienda realizar pruebas según Guía de la RFEA, JUGANDO AL ATLETISMO (Circular 128(2004)) y libro del mismo nombre editado por la RFEA (septiembre 2004).

## HOMBRES

	Sénior	Promesa	Júnior	Juvenil **	Cadete	Infantil	Alevín	Benjamín
Lisos	100 200 400 800 1.500 5.000 10.000 Maratón 1/2 Maratón	100 200 400 800 1.500 5.000 10.000 Maratón 1/2 Maratón	100 200 400 800 1.500 5.000 Maratón	100 200 400 800 1.500 3.000 5.000	100 300 1.000 3.000	80 150 500 1.000 3.000	60 500 1.000 2.000	50 500 1.000 2.000
Vallas	110 (1,067) 400 (0,914) 3.000 obs.	110 (1,067) 400 (0,914) 3.000 obs.	110 (0,990)(****) 400 (0,914) 3.000 obs.	110 (0,914) 400(0,84) 2.000 obs.(0,914)	100 (0,91) 300 (0,84) 1.500 obs. (0,762)	80 (0,84) 220 (0,76) 1.000 obs (0,762)		
Saltos	Altura Longitud Pértiga Triple	Altura Longitud Pértiga Triple	Altura Longitud Pértiga Triple	Altura Longitud Pértiga Triple	Altura Longitud Pértiga Triple	Altura Longitud Pértiga Triple (*)	Altura Longitud Pértiga	Altura Longitud
Lanzam.	Peso (7,260) Disco (2 kg.) Jabalina (800 gr.) Martillo (7,260)	Peso (7,260) Disco (2 kg.) Jabalina (800 gr.) Martillo (7,260)	Peso (6 kg)(****) Disco (1,750 kg)(****) Jabalina (800 gr) Martillo (6 kg)(****)	Peso (5 kg.) Disco (1,5 kg.) Jabalina (700) Martillo (5 kg.)	Peso (4 kg.) Disco (1 kg.) Jabalina (600) Martillo (4 kg.)	Peso (3 kg.) Disco (800 gr.) Jabalina (500) Martillo (3 kg.)	Peso (2 kg.) Disco (600gr) Jabalina (400gr) Martillo (2 kg)	Peso (2kg.) Disco (600 gr) Pelota (200 gr) Martillo (2 kg)
Relev	4 x 100 4 x 400	4 x 100 4 x 400	4 x 100 4 x 400	4 x 100 4 x 400	4 x 100 4 x 300	4 x 80	4 x 60	4 x 50
Mar	20 km. 50 km.	20 km. 50 km.	10 km. 20 km.	5 km. 10 km.	5 km. 10 km.	3 km. 5 km.	2 km. 3 km.	2 km. 3 km.
Pruebas combinadas	Decathlon 100 Longitud Peso Altura 400 110 v. Disco Pértiga Jabalina 1.500	Decathlon 100 Longitud Peso (6 kg.) Altura 400 110 v. Disco (1,750 kg) Pértiga Jabalina 1.500	Decathlon 100 Longitud Peso (6 kg.) Altura 400 110 v. Disco (1,750 kg) Pértiga Jabalina 1.500	Octathlon 100 Longitud Peso Altura 110 v. Disco Pértiga Jabalina	Heptathlon 100 Longitud Peso Altura 100 v. Pértiga Jabalina	Tetathlon 80 Longitud Peso 80 v.	Triathlon 60 Longitud Peso	Triathlon 50 Longitud Peso

(\*\*) Se autoriza la organización y participación de las siguientes pruebas en la categoría juvenil: - Octathlon (100, longitud, peso (5 kg.), 400, 110v (0,914), altura, jabalina (700 gr.), 1.000m).

(\*) Carrera máxima 15m.

(\*\*) Autorizados a lanzar con los artefactos de los senior.

(\*\*\*) Autorizados a competir con las vallas de los senior...

(\*\*\*\*) Autorizados a competir con las vallas de los senior...  
NOTA: Para las categorías Infantil, Alevín y Benjamín también se recomienda realizar pruebas, según guía de la RFEA de octubre 2004 ("Jugando al Atletismo").

También se recomienda realizar pruebas según Guía de la RFEA, JUGANDO AL ATLETISMO (Circular 128/2004) y libro del mismo nombre editado por la RFEA (septiembre 2004).

## MUJERES

	Sénior	Promesa	Júnior	Juvenil**	Cadete	Infantil	Alevín	Benjamín
Lisos	100 200 400 800 1.500 3.000 5.000 10.000 1/2 Marathon Marathon	100 200 400 800 1.500 3.000 5.000 10.000 1/2 Marathon Marathon	100 200 400 800 1.500 3.000 5.000 10.000 1/2 Marathon Marathon	100 200 400 800 1.500 3.000 5.000	100 300 600 1.000 3.000	80 150 500 1.000 3.000	60 500 1.000 2.000	50 500 1.000 2.000
Vallas	100 (0,84) 400 (0,762) 3.000m Obst. (0,762)	100 (0,84) 400 (0,762) 3.000m Obst. (0,762)	100 (0,84) 400 (0,762) 3.000m Obst. (0,762)	100 (0,762) (***) 400 (0,762) 2000m Obst.(0,762)	100 (0,762) 300 (0,762) 1500m Obst.(0,762)	80 (0,762) 220 (0,762)		
Salto	Altura Longitud Triple Pértiga	Altura Longitud Triple Pértiga	Altura Longitud Triple Pértiga	Altura Longitud Triple Pértiga	Altura Longitud Triple Pértiga	Altura Longitud Pértiga Triple*	Altura Longitud Pértiga	Altura Longitud
Lanzam.	Peso (4 kg.) Disco (1 kg.) Jabalina (600 gr.) Martillo (4 kg.)	Peso (4 kg.) Disco (1 kg.) Jabalina (600 gr.) Martillo (4 kg.)	Peso (4 kg.) Disco (1 kg.) Jabalina (600 gr.) Martillo (4 kg.)	Peso (4 kg.) Disco (1 kg.) Jabalina (600 gr.) Martillo (4 kg.)	Peso (3 kg.) Disco (800g) Jabalina (500) Martillo (3 kg.)	Peso (3 kg.) Disco (800) Jabalina (400) Martillo (3 kg.)	Peso (2 kg.) Disco (600g) Pelota (300g) Martillo (2 kg.)	Peso (2 kg.) Disco (600g) Pelota (200g) Martillo (2 kg.)
Relev.	4 x 100 4 x 400	4 x 100 4 x 400	4 x 100 4 x 400	4 x 100 4 x 400	4 x 100 4 x 300	4 x 80	4 x 60	4 x 50
Pruebas Combinadas	Heptathlon 100 v. Altura Peso 200 Longitud Jabalina 800	Heptathlon 100 v. Altura Peso 200 Longitud Jabalina 800	Heptathlon 100 v. Altura Peso 200 Longitud Jabalina 800	Exathlon 100 v. Altura Peso	Exathlon 100 v. Altura Peso	Tetrathlon 80 v. Peso Longitud 80	Triathlon 60 Longitud Peso	Triathlon 50 Longitud Peso
Marcha	10 km. 20 km.	10 km. 20 km.	5 km. 10 km. 20 km.	5 km. 10 km.	3 km 5 km	3 km. 5 km.	2 km. 3 km.	1 km. 2 km.

\* Carrera máxima 15m.

\*\* Se autoriza la organización y participación de las siguientes pruebas en categoría juvenil - Heptathlon (100v. (0,762), altura, peso, 200, longitud, jabalina, 800m).

\*\*\* Autorizadas con la valla de 0,84

**ALTURA Y DISTANCIA  
ENTRE VALLAS**

<b>Distancia de la prueba</b>	<b>Número de vallas</b>	<b>Altura de las vallas</b>	<b>Categoría de los atletas</b>	<b>Distancia salida a 1ª valla</b>	<b>Distancia entre vallas</b>	<b>Distancia última valla a meta</b>
<b>HOMBRES</b>						
80	8	0,84	Infantil	12,30	8,20	10,30
100	10	0,914	Cadete	13	8,50	10,50
110	10	0,914	Juvenil	13,72	9,14	14,02
110	10	0,990	Junior	13,72	9,14	14,02
110	10	1,067	Sen-Pro.	13,72	9,14	14,02
220	5	0,762	Infantil	40,00	35,00	40,00
300	7	0,84	Cadete	50,00	35,00	40,00
400	10	0,84	Juvenil	45,00	35,00	40,00
400	10	0,914	Sen-Pro-Jun.	45,00	35,00	40,00
<b>MUJERES</b>						
80	8	0,762	Infantil	12,30	8,20	10,30
100	10	0,762	Juvenil-Cadete	13,00	8,50	10,50
100	10	0,84	Sen-Pro-Jun.	13,00	8,50	10,50
220	5	0,762	Inf.	40,00	35,00	40,00
300	7	0,762	Cadete	50,00	35,00	40,00
400	10	0,762	Sen-Pro-Jun-Juv.	45,00	35,00	40,00

## **NORMAS DE COMPETICION PARA PRUEBAS DE OBSTÁCULOS DE MENORES**

### 2.000 m obstáculos juvenil

Habrá 5 obstáculos por vuelta completa, siendo el paso de la ría el cuarto de los mismos.

**La altura de los obstáculos y del obstáculo de la ría será de 0,914m (hombres), 0.762 (mujeres).**

Habrá 18 pasos de obstáculos y 5 saltos de ría.

### 1.500 m obstáculos cadete

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 100 metros, teniéndose aquellos retirados en esa primera vuelta hasta la línea de salida de los 100 metros. 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.

### 1.000 m obstáculos infantil

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 0,762 m.

Habrá 8 pasos de obstáculos y 2 saltos de ría.

### **Art. 1) Normas de participación**

1) Podrán tomar parte en su prueba respectiva, en los Campeonatos que se exija los atletas que hayan realizado la marca mínima establecida ( en pista cubierta o al aire libre).

**NO SE ADMITIRÁN COMO MÍNIMAS LAS MARCAS CONSEGUIDAS CON VIENTO SUPERIOR AL REGLAMENTARIO.**

La RFEA se reserva el derecho de admitir la participación en los Campeonatos Nacionales de algunos atletas que no hayan obtenido la mínima, por interés del equipo nacional o por petición del Comité Técnico.

2) Según acuerdo tomado en la Asamblea General de esta RFEA, celebrada en el mes de diciembre de 1990, los atletas extranjeros podrán participar en los Campeonatos Nacionales, siempre que estén en posesión de la marca mínima establecida, excepto en las finales de las pruebas en las que se celebren semifinales o existan saltos de mejora (pudiendo en este caso efectuar únicamente 3 saltos), con objeto de no quitar puesto a ningún atleta español en las finales, excepto los atletas de Andorra que tendrán los mismos derechos técnicos que los españoles.

Si un atleta extranjero ganase alguna prueba (o se clasificara entre los tres primeros) será proclamado vencedor de la prueba en cuestión pero no Campeón de España y en cualquier caso no tendrá derecho a medalla oficial del Campeonato, ni a ningún tipo de subvención por parte de la RFEA. Excepto los atletas de categoría Cadete o Juvenil que tendrán los mismos derechos que los españoles.

### **Art. 2) Confirmación para todos los campeonatos de España**

Será obligatorio para todos los atletas confirmar su participación y retirar el dorsal antes de las 21,00 horas del día anterior a la celebración de su prueba. Es decir, que los atletas que participen el sábado deberán confirmar su participación antes de las 21,00 horas del viernes, y así sucesivamente.

**En el Campeonato de España Absoluto Aire Libre, la confirmación se realizará por clubes, entregándose una hoja de confirmación en la que se deberá marcar el atleta que va a participar, y entregar la hoja firmada por el delegado del club, en la mesa de recogida de dorsales.**

No se admitirá la participación de ningún atleta que no haya confirmado su participación en el plazo reglamentario. Por lo que se ruega a todas las Federaciones y/o clubs informen a sus atletas de esta reglamentación.

### **Art. 3) Premios en los Campeonatos Nacionales**

Los atletas clasificados en 1º, 2º y 3º lugar de cada prueba recibirán medalla dorada, plateada y bronceada, respectivamente, de la Real Federación Española de Atletismo.

## **CAMPEONATO DE ESPAÑA ABSOLUTO**

Por delegación de la RFEA, la Federación Asturiana de Atletismo organizará los días 17 y 18 de julio el XC Campeonato de España Absoluto en Avilés.

**PENDIENTE DE NUEVA NORMATIVA QUE SERÁ PUBLICADA EN ENERO DE 2010**

## **CAMPEONATO DE ESPAÑA PROMESA**

**Art. 1º)** Por delegación de la RFEA, la Federación de las Islas Baleares de Atletismo organizará el XXV Campeonato de España Promesa los días 3/4 de julio en Calviá (Mallorca).

**PENDIENTE DE NUEVA NORMATIVA QUE SERÁ PUBLICADA EN ENERO DE 2010**

## CAMPEONATO DE ESPAÑA JÚNIOR

Art. 1) Por delegación de la RFEA, La Federación de la Comunidad Valenciana de Atletismo organizará el LVI Campeonato de España Júnior los días 3 y 4 de julio en Castellón.

Art. 2) Podrán participar en este Campeonato los/as atletas nacidos/as en 1991 ó 1992.

Art. 3) Mínimas de participación.

Las mínimas deberán ser obtenidas en el período 1 de noviembre de 2009 al 27 de junio de 2010.

En las pruebas de velocidad y vallas no se admitiran marcas manuales.

	HOMBRES	MUJERES
100	11.35	13.05
200	22.95	26.75
400	51.00	1.01.00
800	1.56.50	2.22.50
1.500	4.02.00	4.57.00
3.000	–	10.30.00
5.000	15.30.00	18.45.00
100 v.	–	17.10
110 v.	16.40	–
400 v.	57.90	1.09.35
3.000 obs.	9.50.00	12.10.00
Altura	1.92	1.57
Longitud	6,70	5.30
Pértiga	4,20	3.10
Triple	13.70	11.15
Peso	13.75	10.75
Disco	42.50	34.00
Jabalina	52.00	36.00
Martillo	48.00	42.00
10.000 Marcha Pista	50:00.00	58:00.00
		27:15
Decathlon	14 atletas máximo	–
Heptathlon	–	14 atletas máximo

NOTA: En las pruebas combinadas participarán como máximo los 14 mejores atletas inscritos con marca del 2010. Las inscripciones de las Combinadas deberán realizarse hasta 9 días antes (jueves) del comienzo de la Competición publicando la RFEA el viernes la lista de participantes.

#### **Art. 4) Normas Técnicas**

a) La competición se desarrollará en cuanto a distancias y alturas de los obstáculos y pesos de los artefactos de lanzamientos de acuerdo con lo estipulado para competiciones juniors.

b) Si alguna de las pruebas en las que está previsto realizar eliminatorias o semifinales, no se presentaran a confirmar el número de atletas mínimos necesarios para su realización, se suspenderá la celebración de las mismas, disputándose la semifinal o final en la hora prevista en el orden horario.

c) En las carreras por calles, las series eliminatorias y semifinales serán establecidas de acuerdo con el número de atletas y sus marcas de la temporada, anunciándose en el momento de la salida por el juez de la misma el sistema de clasificación para la fase siguiente. Se ruega a todas las Federaciones que hagan constar en las inscripciones las mejores marcas de la temporada conseguidas por los atletas inscritos.

d) En los saltos horizontales y los lanzamientos, ocho atletas pasarán a disputar la final, concediéndose otros tres intentos de mejora.

#### e) Altura de los listones

Se establecerán de acuerdo con las inscripciones de los atletas que participarán en el Campeonato.

#### e) Confirmaciones

Será obligatorio para todos los atletas confirmar la participación y retirar el dorsal antes de las 21,00 horas del día anterior a la celebración de su prueba. Es decir, que los atletas que participen el sábado deberán confirmar su participación antes de las 21,00 horas del viernes y así sucesivamente. No podrá participar ningún atleta que confirme fuera del plazo indicado, ya que las series se efectuarán una vez finalizado el plazo de confirmación. Durante la competición y sobre todo al entrar en cámara de llamadas los atletas deberán llevar la licencia federativa o documento que acredite la identidad.

#### **Art. 5) Invitación**

La RFEA subvencionará los gastos de viaje y estancia, de acuerdo con las normas económicas de los 3 primeros atletas clasificados (con opción de medalla) de cada prueba en el Campeonato de 2010.

## Art. 6) Horario

### Primera Jornada, 3 de julio

<b>HOMBRES</b>				<b>MUJERES</b>	
		09.30	10.000 marcha		FINAL
		10.30	100 v.		Heptathlon
100	Decathlon	10.45			
		11.00	100		Eliminatorias
		11.20	Altura		Heptathlon
100	Eliminatorias	11.30			
Longitud	Decathlon	11.35			
		12.00	200		Eliminatorias
		12.00	Jabalina		FINAL
200	Eliminatorias	12.30			
Peso	Decathlon	12.50			

### Segunda Jornada, 3 de julio

Altura	Decathlon	16.30			
Martillo	FINAL	16.30			
		17.10	100 v.		Eliminatorias
		17.15	Peso		Heptathlon
110 v.	Eliminatorias	17.35	Triple		FINAL
100	Semifinales	18.00			
		18.15	100		Semifinales
200	Semifinales	18.30	Disco		FINAL
Pértiga	FINAL	18.30			
		18.45	200		Semifinales
400	Semifinales	19.00			
		19.15	400		Semifinales
100	FINAL	19.30	Altura		FINAL
Longitud	FINAL	19.40	100		FINAL
Peso	FINAL	19.50	200		Heptathlon
800	Semifinales	20.00			
		20.15	800		Semifinales
1.500	Semifinales	20.30			
Jabalina	FINAL	20.30			
		20.45	1.500		Semifinales
		21.00	3.000 obs.		FINAL
400	Decathlon	21.15			
400 v.	Semifinales	21.30			
		21.45	400 v.		Semifinales
		22.00	5000		Final

### Tercera Jornada, 4 de julio

10.000 marcha	FINAL	09.30			
110 v.	Decathlon	10.30			
		11.00	Longitud		Heptathlon
Disco	Decathlon	11.10			
		12.20	Jabalina		Heptathlon
Pertiga	Decathlon	12.30			

**Cuarta Jornada, 12 de julio**

		16.15	Martillo	FINAL
110 v.	Semifinales	17.15		
Triple	FINAL	17.30	100 v.	Semifinales
		17.45	Pertiga	FINAL
		17.50	400 v.	FINAL
400v	FINAL	18.00		
200	FINAL	18.10		
Jabalina	Decathlon	18.15		
		18.20	200	FINAL
400	FINAL	18.30	Peso	FINAL
Altura	FINAL	18.40	400	FINAL
110v	FINAL	18.50		
		19.00	100v	FINAL
800	FINAL	19.10		
		19.20	800	FINAL
		19.25	Longitud	FINAL
		19.30	800	Heptathlon
		19.35		
Disco	FINAL	19.40		
1.500	Decathlon	19.50		
1.500	FINAL	20.00	1.500	FINAL
		20.10		
3.000 obs	FINAL	20.25	3.000	FINAL
		20.40		
5.000	FINAL	21.00	4x100	FINAL
		21.10		
4x100	FINAL			

## CAMPEONATO DE ESPAÑA JUVENIL

**Art. 1)** Por delegación de la RFEA, la Federación Andaluza de Atletismo organizará el LIX Campeonato de España Juvenil los días 10 y 11 de julio en Nerja (Málaga).

**Art. 2)** Podrán participar en este Campeonato los/as atletas nacidos/as en 1993 ó 1994.

**Art. 3)** Mínimas de participación.

Las mínimas deberán ser obtenidas en el período 1 de noviembre de 2009 al 4 de julio de 2010.

	HOMBRES	MUJERES
100	11.50	13.10
200	23.40	26.95
400	52.00	1.01.50
800	1:59.50	2:23.00
1.500	4.11.00	5.01.00
3.000	9:05.00	10.45.00
5.000	16.00.00	19.40.00
100 v.	—	16.10
110 v.	15.85	—
400 v.	58.00	1.09.45
2.000 obs.	6.25.00	7.55.00
Altura	1,85	1,56
Longitud	6,45	5,25
Pértiga	3,85	3,00
Triple	13,20	11,10
Peso	14,25	10,75
Disco	42,50	31,00
Jabalina	50,00	35,50
Martillo	46,00	37,00
5.000 Marcha	—	27.15
10000 Marcha	52.00	—
Octathlon	14 atletas máximo (*)	—
Exathlon	—	14 atletas máximo (*)

NOTA: En las pruebas combinadas participarán como máximo los 14 mejores atletas inscritos con marca del 2010. Las inscripciones de las Combinadas deberán realizarse hasta 9 días antes (jueves) del comienzo de la Competición publicando la RFEA el viernes la lista de participantes.

En las pruebas de velocidad y vallas no se admitirán las marcas manuales.

**Art.4)** Limitación de pruebas

Cada atleta sólo podrá inscribirse en un máximo de 2 pruebas incluido el rele-

vo. En el caso de participar en dos carreras, sólo podrá realizarse una de más de 200m.

Los/as atletas de pruebas combinadas sólo podrán participar en ellas.

Cualquier atleta que incumpla esta limitación será descalificado del Campeonato (cualquier prueba que hubiera realizado o fuera a realizar).

#### **Art. 5) Normas Técnicas**

a) La competición se desarrollará en cuanto a distancias y alturas de los obstáculos y pesos de los artefactos de lanzamientos de acuerdo con lo estipulado para competiciones juveniles.

b) Si alguna de las pruebas en las que está previsto realizar eliminatorias o semifinales no se presentaran a confirmar el número de atletas mínimos necesarios para su realización, se suspenderá la celebración de las mismas, disputándose la semifinal o final en la hora prevista en el orden horario.

c) En las carreras por calles, las series eliminatorias y semifinales serán establecidas de acuerdo con el número de atletas y sus marcas de la temporada, anunciándose en el momento de la salida por el juez de la misma el sistema de clasificación para la fase siguiente. Se ruega a todas las Federaciones que hagan constar en las inscripciones las mejores marcas de la temporada conseguidas por los atletas inscritos.

d) En los saltos horizontales y los lanzamientos, ocho atletas pasarán a disputar la final, concediéndose otros tres intentos de mejora.

e) Altura de los listones. Se darán a conocer una vez recibidas en la RFEA las inscripciones de los atletas participantes.

#### **e) Confirmaciones**

Será obligatorio para todos los atletas confirmar la participación y retirar el dorsal antes de las 21,00 horas del día anterior a la celebración de su prueba. Es decir, que los atletas que participen el sábado deberán confirmar su participación antes de las 21,00 horas del viernes y así sucesivamente. No podrá participar ningún atleta que confirme fuera del plazo indicado, ya que las series se efectuarán una vez finalizado el plazo de confirmación. Durante la competición y sobre todo al entrar en camara de llamadas los atletas deberán llevar la licencia federativa o documento que acredite la identidad.

#### **Art. 6) Invitación**

La RFEA subvencionará los gastos de viajes y estancia, de acuerdo con las normas económicas, dictadas por esta RFEA, de los 3 primeros atletas clasificados en cada prueba del Campeonato del 2010.

## Art. 7) Horario

### Primera Jornada, 10 de julio

HOMBRES			MUJERES	
100	Octathlon	10.00		
Martillo	FINAL	10.15		
		10.45	100	Eliminatorias
Longitud	Octathlon	11.00		
100	Eliminatorias	11.15		
		11.45	100 v.	Exathlon
		12.00	200	Eliminatorias
		12.00	Jabalina	FINAL
		12.10	Altura	Exathlon
Peso	Octathlon	11.45		
200	Eliminatorias	12.20		
Altura	Octathlon	12.30		

### Segunda Jornada, 10 de julio

		17.15	100 v.	Eliminatorias
		17.30	Triple	FINAL
110 v.	Eliminatorias	17.40		
100	Semifinales	18.00	Peso	Exathlon
		18.15	100	Semifinales
		18.25	Disco	FINAL
200	Semifinales	18.30		
Pértiga	FINAL	18.30		
		18.45	200	Semifinales
400	Semifinales	19.00		
		19.15	400	Semifinales
100	FINAL	19.30		
Longitud	FINAL	19.35	Altura	FINAL
Peso	FINAL	19.40	100	FINAL
800	Semifinales	19.50		
		20.05	800	Semifinales
Jabalina	FINAL	20.15		
1.500	Semifinales	20.20		
		20.35	1.500	Semifinales
		20.50	3.000	FINAL
3.000	FINAL	21.05		
		21.20	2.000 obs.	FINAL
400 v.	Semifinales	21.35		
		21.55	400 v.	Semifinales

**Tercera Jornada, 11 de julio**

10.000 marcha	FINAL	09.00		
110 v.	Octathlon	10.05		
		10.20	5.000 marcha	FINAL
Disco	Octathlon	11.00	Longitud	Exathlon
		12.20	Jabalina	Exathlon
Pertiga	Octathlon	12.30		

**Cuarta Jornada, 11 de julio**

		16.00	Martillo	FINAL
110 v.	Semifinales	17.00		
Triple	FINAL	17.15	100 v.	Semifinales
		17.35	400 v.	FINAL
		17.45	Pertiga	FINAL
400 v.	FINAL	17.50		
200	FINAL	18.00		
Jabalina	Octathlon	18.00		
		18.10	200	FINAL
Altura	FINAL	18.15		
		18.20	400	FINAL
400	FINAL	18.30	Peso	FINAL
110 v.	FINAL	18.40		
		18.50	100v	FINAL
800	FINAL	19.00		
		19.10	800	FINAL
		19.15	Longitud	FINAL
		19.20	600	Exathlon
		19.25	5.000	FINAL
Disco	FINAL	19.30		
2.000 obs	FINAL	19.50		
1.500	FINAL	20.05		
		20.15	1.500	FINAL
5.000	FINAL	20.25		
		20.45	4x100	FINAL
4x100	FINAL	20.55		

## CAMPEONATO DE ESPAÑA CADETE

**Art. 1)** Por delegación de la RFEA, la Federación Navarra de Atletismo organizará el Campeonato de España cadete los días 26 y 27 de junio de 2009 en Pamplona.

**Art. 2)** Podrán participar en este Campeonato los/as atletas nacidos/as en 1995 ó 1996.

**Art. 3)** Mínimas de participación.

Las mínimas deberán ser obtenidas en el período 1 de noviembre de 2009 al 20 de junio de 2010.

	HOMBRES		MUJERES	
100	11.6	11.90	12.8	13.10
300	37.9	38.20	43.0	43.50
600	1.29.50		1.42.00	
1.000	2.45.50		3.10.00	
3.000	9.24.00		10.45.00	
100 v.	15.2	15.60	16.3	16.65
300 v.	43.2	43.50	48.6	48.90
1.500 obs.	4.41.00		5.27.00	
Altura	1.73		1,54	
Pértiga	3,35		2,75	
Longitud	6,05		5,10	
Triple	12.40		10.70	
Peso	12,75		10.75	
Disco	42,00		30,00	
Jabalina	40,50		30,00	
Martillo	44,00		36,00	
Heptatlon/Exatlon	14 mejores inscritos		14 mejores inscritos	
5km / 3km Marcha	26:15		16:15	

Las inscripciones de las Combinadas deberán realizarse hasta 9 días antes (jueves) del comienzo de la Competición publicando la RFEA el viernes la lista de participantes.

**Art.4)** Limitación de pruebas

Cada atleta sólo podrá participar en un máximo de 2 pruebas, incluido el relevo. En el caso de participar en dos carreras, sólo podrá realizarse una de más de 200m.

Los/as atletas de pruebas combinadas sólo podrán participar en ellas.

Cualquier atleta que incumpla esta limitación será descalificado del Campeonato (cualquier prueba que hubiera realizado o fuera a realizar).

### **Art. 5) Normas Técnicas**

a) La competición se desarrollará en cuanto a distancias y alturas de los obstáculos y pesos de los artefactos de lanzamientos de acuerdo con lo estipulado para competiciones cadetes.

b) Si alguna de las pruebas en las que está previsto realizar eliminatorias o semifinales no se presentaran a confirmar el número de atletas mínimos necesarios para su realización, se suspenderá la celebración de las mismas, disputándose la semifinal o final en la hora prevista en el orden horario.

c) En las carreras por calles, las series eliminatorias y semifinales serán establecidas de acuerdo con el número de atletas y sus marcas de la temporada, anunciándose en el momento de la salida por el juez de la misma el sistema de clasificación para la fase siguiente. Se ruega a todas las Federaciones que hagan constar en las inscripciones las mejores marcas de la temporada conseguidas por los atletas inscritos.

d) En los saltos horizontales y los lanzamientos, ocho atletas pasarán a disputar la final, concediéndose otros tres intentos de mejora.

e) Altura de los listones. Se darán a conocer una vez recibidas en la RFEA las inscripciones de los atletas participantes.

### **e) Confirmaciones**

Será obligatorio para todos los atletas confirmar la participación y retirar el dorsal antes de las 21,00 horas del día anterior a la celebración de su prueba.

### **Art. 6) Invitación**

La RFEA subvencionará los gastos de viajes y estancia, de acuerdo con las normas económicas, dictadas por esta RFEA, de los 3 primeros atletas clasificados de cada prueba en el Campeonato del 2010.

### **Art. 7) Horario**

#### **Primera Jornada, 26 de junio**

		<b>HOMBRES</b>		<b>MUJERES</b>
		10.00	Martillo	Final
		11.00	100 v.	Exathlon
100	Heptathlon	11.15		
		11.30	100	Eliminatorias
		11.45	Altura	Exathlon
Longitud	Heptathlon	11.50		
100	Eliminatorias	12.00		
Jabalina	Final	12.00		
		12.30	300	Semifinales
300	Semifinales	12.45		
Peso	Heptathlon	12.55		
300 v.	Semifinales	13.00		
		13.15	300 v.	Semifinales

### Segunda Jornada, 26 de junio

Martillo	Final	16.30		
Altura	Heptathlon	17.00		
		17.30	Peso	Exathlon
		17.40	Triple	Final
600	Semifinales	17.45	Pértiga	Final
		18.00	600	Semifinales
100	Semifinales	18.15	Jabalina	Final
		18.30	100	Semifinales
100 v.	Eliminatorias	18.45		
		18.50	Peso	Final
		19.15	100 v.	Eliminatorias
		19.35	Altura	Final
1.000	Semifinales	19.45		
Longitud	Final	19.40		
Disco	Final	20.00	1.000	Semifinales
1.500 obs.	Final	20.15		
		20.30	1500 obs.	Final
5.000 marcha	Final	20.40		

### Tercera Jornada, 27 de junio

100 v.	Heptathlon	10.00		
		10.15	Longitud	Exathlon
		10.15	3.000 marcha	Final
Pértiga	Heptathlon	10.35		
100 v.	Semifinales	10.55		
		11.20	100 v.	Semifinales
		11.25	Jabalina	Exathlon
		11.30	Longitud	Final
300 v.	Final	11.40		
		11.50	300 v.	Final
100	Final	12.00		
		12.10	100	Final
		12.20	100	Exathlon
300	Final	12.30		
		12.40	300	Final
Jabalina	Heptathlon	13.00		

### Cuarta Jornada, 27 de junio

Altura	Final	16.00		
Pértiga	Final	16.00		
		17.00	Disco	Final
600	Final	17.00		
Peso	Final	17.10	600	Final
100 v.	Final	17.20		
Triple		17.30	100 v.	Final
1.000		17.40		
	Final	17.50	1.000	Final
	Final	18.00	3.000	Final
3.000	Final	18.15		
		18.30	4x100	
4x100		18.40		

## CAMPEONATO DE ESPAÑA DE 10.000 METROS

**Art. 1)** Por delegación de la RFEA, la Federación a designar de atletismo organizará el Campeonato de España de 10.000 metros, hombres y mujeres, que se celebrará el 3 de julio en lugar a designar.

### **Art. 2)** Mínimas de participación

Podrán participar los/as atletas que hayan conseguido durante la temporada 08/09 ó 09/2010 las siguientes marcas mínimas:

	10.000m	5.000m
<b>Hombres:</b>	29:40.00	14:30.00
<b>Mujeres:</b>	36:30.00	17:30.00

### **Art. 3)** Invitación

La RFEA subvencionará los gastos de viaje y estancia, según normas económicas dictadas por la RFEA, a los clubes o federaciones autonómicas de los cinco primeros atletas clasificados, hombres y mujeres, con opción al Campeonato de España.

### **Art. 4)** Confirmaciones

Será obligatorio para todos los atletas confirmar la participación y retirar el dorsal el día de la competición hasta 2 horas antes del comienzo de la prueba.

### **Art. 5)** Horario (provisional)

20:30	10.000m	Mujeres
21:15	10.000m	Hombres

## CAMPEONATO ESPAÑA JUNIOR Y PROMESA DE 10.000

**Art. 1)** Por delegación de la RFEA, la Federación a designar de Atletismo organizará el Campeonato de España Junior y Promesa de 10.000m que se celebrará el 19 de junio en lugar a designar.

### **Art. 2)** Mínimas de participación.

Podrán participar los/as atletas que hayan conseguido durante la temporada 08/09 ó 09/2010 las siguientes marcas mínimas:

	PROMESAS		JUNIOR	
	HOMBRES	MUJERES	HOMBRES	MUJERES
10.000	32:00.00	40:00.00	33:30.00	-
5.000	15.20.00	18:30.00	16:00.00	-

### **Art. 3) Invitación**

La RFEA subvencionará los gastos de viaje y estancia, según normas económicas dictadas por la RFEA, a los clubes o federaciones autonómicas de los tres primeros atletas clasificados, hombres y mujeres, con opción al Campeonato de España.

### **Art. 4) Confirmaciones:**

Será obligatorio para todos los atletas confirmar la participación y retirar el dorsal hasta 2 horas antes del comienzo de la prueba.

### **Art. 5) Horario (provisional)**

19,15h	10.000	Promesa	Mujeres
20,55h	10.000	Junior/Promesa	Hombres

## **CAMPEONATO DE ESPAÑA DE MEDIO MARATÓN**

**Art. 1)** Por delegación de la RFEA, la Federación de la Comunidad Valenciana de Atletismo organizará el día 19 de septiembre de 2010, el XVIII Campeonato de España de Medio Maratón en Sagunto (Valencia).

**Art. 2)** Podrán inscribirse en dicho Campeonato los/as atletas con licencia federativa debidamente diligenciada, y nacidos/as en 1992 o anteriormente, siempre que estén en posesión de las siguientes marcas conseguidas durante 2009 ó 2010:

HOMBRES:	Maratón	2h45:00
	Medio maratón	1h20:00
	10km	32:00.00
MUJERES:	Maratón	3h20:00
	Medio maratón	1h35:00
	10km	40:00.00

**Art. 3)** La competición se considera «abierta» a la posible participación de atletas extranjeros, si bien el título de Campeón de España será otorgado al primer clasificado de nacionalidad española (con licencia de la RFEA).

**Art. 4)** Las salidas de las pruebas se comunicarán con posterioridad.

**Art. 5)** La distancia será de 21.097 m.

**Art. 6)** Clasificaciones.

Se establecerán las siguientes clasificaciones en cada categoría (hombres y mujeres)

- a) Individual: Con el orden en que los atletas lleguen a la meta.
- b) Por Clubes: Especificado en la reglamentación de clubes.

#### **Art. 7) Invitación.**

La organización abonará viaje, más las correspondientes dietas de viaje y estancia de acuerdo con la normativa vigente de la RFEA a los siguientes atletas:

Hombres

- a) A los 6 primeros del ránking de medio maratón de la temporada 08/2009.
- b) A los atletas que durante 2009 ó 2010 hayan realizado menos de 2h14:00 ó 1h03.30 hasta la fecha del Campeonato.
- c) A los 6 primeros clasificados en el Campeonato de Medio Maratón 2010 siempre y cuando queden a menos de 4 minutos del primer español clasificado.

Mujeres

- a) A las atletas que durante 2009 ó 2010 hayan conseguido una marca igual o inferior a 2h40:00 ó 1h14:30
- b) A las 6 primeras del ránking de medio maratón de la temporada 08/2009.
- c) A las 6 primeras clasificadas en el Cto. de Medio Maratón 2010, siempre y cuando se clasifiquen a menos de 4 minutos de la primera española.

#### **Artº 8º) Premios**

Los atletas españoles clasificados en 1º, 2º y 3er lugar, de cada prueba recibirán medalla dorada, plateada y bronceada, respectivamente, de la RFEA.

Los clubes vencedores recibirán un trofeo de la RFEA, los clubes clasificados en segundo y tercer lugar lo recibirán de la organización.

## **CAMPEONATO DE ESPAÑA DE MARATÓN**

**Artº 1º)** Por delegación de la RFEA, la Federación Madrileña de Atletismo organizará el LXXIII Campeonato de España de Maratón masculino y el XXVI Campeonato de España de Maratón femenino en Madrid el día 25 de abril.

**Artº 2º)** La competición se disputará sobre la distancia de 42.195 metros en el recorrido (debidamente homologado) que los organizadores estimen mas adecuado, con la supervisión de la RFEA.

#### **Artº 3º) Participación**

Únicamente podrán participar en el Campeonato los atletas con licencia Nacional debidamente diligenciada y nacidos en:

Hombres y mujeres: 1992 o anteriormente y que estén en posesión de las siguientes marcas conseguidas durante 2009 ó 2010:

Hombres:	Maratón	2h45:00
	Medio Maratón	1h20:00
	10.000m	32:00.00
Mujeres:	Maratón	3h20:00
	Medio Maratón	1h35:00
	10.000m	40:00.00

El control para las atletas femeninas se cerrará a las 3h10 minutos de iniciada la carrera.

**Artº 4º)** Los atletas deberán facilitar la clase de alimentos o bebidas que deseen tomar en los puntos de avituallamiento y entregar dicha petición a los organizadores el día anterior al comienzo de la prueba, antes de las 20.00 horas, en el hotel oficial.

**Artº 5º)** La hora de salida, para hombres y mujeres será a las 09:30 (provisional)

### **Artº 6º) Invitaciones**

La organización invitará a los siguientes atletas (según normativa vigente).

Hombres: A todos los atletas que durante 2009 ó 2010, incluido este Campeonato, hayan realizado 2h15:00 en Maratón.

A los 6 primeros del ránking de la temporada 2008/2009.

A los 6 primeros del Campeonato de España de Maratón 2010, siempre y cuando se clasifiquen a menos de 8 minutos del primer español.

Mujeres: A todas las atletas que durante 2009 ó 2010, incluido este Campeonato, hayan realizado 2h43:00 en maratón.

A las 6 primeras del ránking de la temporada 2008/2009.

A las 6 primeras clasificadas del Campeonato de España de Maratón 2010, siempre y cuando se clasifiquen a menos de 8 minutos de la primera española.

### **Artº 7º) Clasificaciones**

Se establecen las siguientes clasificaciones en cada categoría (hombres y mujeres)

Individual: Con arreglo al puesto en que los atletas lleguen a meta.

Por clubes: especificado en la reglamentación de clubes.

### **Artº 8º) Premios**

Los atletas españoles clasificados en 1º, 2º y 3er lugar, de cada prueba recibirán medalla dorada, plateada y bronceada, respectivamente, de la RFEA.

Los clubes vencedores recibirán un trofeo de la RFEA, los clubes clasificados en segundo y tercer lugar lo recibirán de la organización.

## LXXVIII CAMPEONATO DE MARCHA Y CAMPEONATO DE FEDERACIONES AUTONÓMICAS JÚNIOR Y CADETE

**Art. 1)** Por delegación de la RFEA la Federación de las Islas Baleares de Atletismo organizará el día 7 de marzo de 2010 el LXXIX Campeonato de España de Marcha de Gran Fondo en carretera Masculino, el XXV Femenino, el XXII Juvenil hombres, el XX Juvenil mujeres y el XXVI Campeonato de Federaciones Autonómicas Júnior y el XV Campeonato de Federaciones Autonómicas Cadete, a celebrar en Santa Eularia des Riu (Ibiza).

### Hombres

Absoluto	Nacidos en 1987 y anteriores	50 km
Absoluto	Nacidos en 1987 y anteriores	20 km
Promesa	Nacidos en 1988-1989-1990	20 km
Júnior	Nacidos en 1991-1992	10 km
Juveniles	Nacidos en 1993-1994	10 km
Cadete	Nacidos en 1995-1996	5 km

### Mujeres

Absoluto	Nacidas en 1987 y anteriores	20 km
Promesa	Nacidas en 1988-1989-1990	20 km
Júnior	Nacidas en 1991-1992	10 km
Juveniles	Nacidas en 1993-1994	10 km
Cadete	Nacidas en 1995-1996	5 km

**Art. 2)** La competición se considerará abierta a la posible participación de atletas extranjeros, si bien en caso de ganar la prueba un atleta extranjero, éste será proclamado «Vencedor de la edición 2010» pero no Campeón de España, y en cualquier caso no tendrá derecho a recibir la medalla oficial del Campeonato.

**Art. 3)** La organización debe facilitar durante el recorrido, agua y algún otro tipo de avituallamiento.

**Art. 4)** Todos los atletas competirán con la vestimenta oficial de sus respectivos clubes o Federaciones (por campeonatos Federaciones Autonómicas), debiendo llevar en pecho y espalda, de manera bien visible, el dorsal asignado.

**Art. 5)** Horario.

Hora		Hora cierre control	
08.10	10 km Júnior y Juveniles y Veteranos	Hombres	
09.00	20 km Promesa / Absoluto	Hombres	11.00
09.30	50 km Absoluto	Hombres	14.15
10.00	20 km Absoluto / Promesa	Mujeres	12.15
10.45	10 km Júnior, Juvenil y Veteranos	Mujeres	–
11.45	5 km Cadete	Mujeres	–
12.15	5 km Cadete	Hombres	–

**Art. 6)** El Juez Árbitro y el Juez Jefe de marcha de la competición serán oficialmente designados por la RFEA.

**Art. 7) Participación.**

Podrán participar los atletas que durante 2009 ó 2010 hayan realizado las siguientes marcas mínimas:

**Hombres**

Los atletas de categoría absoluto sólo podrán inscribirse y participar en una de las 2 pruebas que se celebren (50 y 20 km).

20 km Absoluto	1h50:00
50 km Absoluto	4h45:00 ó 1h40:00 (20 km)
20 km Promesa	1h50:00 ó 48:30
10 km Júnior	Las Federaciones Autonómicas podrán inscribir un equipo de hasta 4 atletas, pudiendo participar los de categoría juvenil. Asimismo y únicamente con opción al Campeonato individual podrán inscribir atletas con una marca inferior a 51:30.0
10 km Juvenil	53:00.0. - 26:15.00 (5km).
5 km Cadete	Las Federaciones Autonomicas podrán inscribir un equipo de hasta 4 atletas. Asimismo y únicamente con opción al Campeonato individual podrán inscribir atletas con una marca inferior a 26:30.0

**Mujeres**

20 km Absoluto-Promesa	1h58:00. ó 56:00 (10 km)
10 km Júnior	Las Federaciones Autonomicas podrán inscribir un equipo de hasta 4 atletas, pudiendo participar los de categoría juvenil. Asimismo y únicamente con opción al Campeonato individual podrán inscribir atletas con una marca inferior a 28:00.00 (5 km) ó 58:30.0 (10km).
10 km Juvenil	28:30.0 (5km) ó 58:45.00 (10km).
5 km Cadete	Las Federaciones Autonomicas podrán inscribir un equipo de hasta 4 atletas. Asimismo y únicamente con opción al Campeonato individual podrán inscribir atletas con una marca inferior a 29:30.00

**Art. 8) Puntuación Campeonato de Federaciones Júnior y Cadete**

La clasificación por equipos se efectuará dando vencedor al equipo que más puntos consiga, y así sucesivamente. Los puntos se concederán con el siguiente sistema:

Al primer atleta clasificado: Número de puntos igual al número de atletas que pueden puntuar (3 por equipo) más un punto adicional.

Al segundo atleta clasificado: 2 puntos menos que al primer clasificado.

Al tercer atleta clasificado: 3 puntos menos que al primer clasificado.

Al cuarto atleta clasificado: 4 puntos menos que al primer atleta clasificado y así sucesivamente hasta el último atleta clasificado.

Los participantes retirados o descalificados no puntúan.

El marchador clasificado en cuarto lugar de su equipo no puntúa y por lo tanto no afecta a la puntuación de los demás equipos.

Para que un equipo opte a la puntuación para el Campeonato de Federaciones Autonómicas deberá tener en la salida 3 atletas como mínimo. En caso de retirarse o ser descalificado un atleta, el resto de los atletas puntuarán, optando el equipo a la clasificación del Campeonato.

En caso de empate a puntos, entre dos o más equipos, será declarado vencedor aquel equipo que haya obtenido la mejor clasificación individual.

### **Art. 9) Normas Económicas.**

La RFEA subvencionará los gastos de viaje y estancia según normas económicas dictadas por la RFEA, a los clubes a federaciones autonómicas, de los siguientes atletas:

50 km Sénior Hombres.

Los atletas que durante 2009 ó 2010 incluido el Campeonato Nacional 2010 hayan realizado menos de 4h00.00.

20 km Absoluto Hombres

A los 5 primeros atletas clasificados en el Campeonato 2010

20 km Promesa Hombres.

Los atletas que durante 2009 ó 2010, incluido el Campeonato de España 2009, hayan realizado en 20 km menos de 1h27:00.

Los atletas nacidos en 1989 que durante 2009 ó 2010 hayan realizado en 10.000 m (pista) menos de 43:30.0.

10 km Júnior Hombres.

— A 2 atletas por Federación Autonómica siempre y cuando la Federación Autonómica forme equipo. Estos atletas no tendrán derecho a la invitación por ningún otro concepto.

— A los atletas que durante 2009 ó 2010, incluido el Campeonato de España 2009 hayan realizado en 10 km. menos de 43:30 (Ruta o Pista).

10 km Juvenil Hombres.

— A los tres primeros atletas clasificados.

20 km Mujeres Absoluto

— Las atletas que durante 2009 ó 2010, hayan realizado en 10.000m menos de 46:30 minutos, o en 20 km. 1h.35.00.

20 km Mujeres Promesa

— Las atletas que durante 2009 ó 2010 hayan realizado menos de 1h36:00 en 20 km., 47.00 en 10 km. y las tres primeras clasificadas en el Campeonato de España 2010.

10 km Júnior Mujeres.

— A 2 atletas por Federación Autonómica siempre y cuando la Federación Autonómica forme equipo. Estas atletas no tendrán derecho a la invitación por ningún otro concepto.

— Las atletas que durante 2009 ó 2010, incluido el Campeonato de España 2010, hayan realizado en 5.000 m (pista o ruta) menos de 24:15 ó en 10.000 49:00.

10 km Juvenil Mujeres.

— A las tres primeras atletas clasificadas.

#### **Art. 10) Confirmaciones.**

La confirmación se realizará en lugar a designar el sábado de 18.00h a 20.00h y el domingo hasta una hora antes del comienzo de la prueba en la que se vaya a participar.

## **XXVI CAMPEONATO DE ESPAÑA DE 100KM**

**Art. 1)** Por delegación de la RFEA la Federación Madrileña de Atletismo, junto a los organizadores de los 100km Pedestres de Madrid, organizarán el XXVI Campeonato de España de 100km, que se celebrará el 21 de marzo en Madrid.

**Art. 2)** Pueden participar atletas nacidos en 1990 y anteriormente, que estén en posesión de la licencia del 2010 y acrediten una marca en 100kms. de menos de 11 horas o en Maratón de menos de 3h20 (Hombres) y las mujeres una marca en 100km de menos de 12 horas o en Maratón menos de 3h50. ES NECESARIO CERTIFICADO MEDICO.

Las marcas deben estar hechas en los 2 años anteriores al dispute de la prueba.

**Art. 3)** El Comité Organizador dará bandas fluorescentes de uso obligatorio por la noche. Se realizará control antidopaje de acuerdo a las reglas de la IAAF y RFEA.

**Art. 4)** Sólomente se permite el acompañamiento en vehículos de dos ruedas (bicicletas) respetando las Normas del Código de Circulación.

**Art. 5)** Avituallamiento.

Será abastecido por el Comité Organizador cada 5 kms. adaptado a este género de pruebas. Está parcialmente reservado a los participantes. El participante puede entregar a la organización su avituallamiento personal dos horas antes del comienzo de la prueba, el cual indicará en qué controles se le servirá.

**Art. 6)** Controles. Cada participante recogerá antes de la salida el dorsal. El dorsal se llevará de forma visible y respetando su publicidad. Se establecerán controles fijos y volantes a lo largo del recorrido. Los Jueces podrán descalificar en carrera a todo participante que no respete el reglamento o se comporte de forma antideportiva.

#### **CONTROL DE SALIDA**

El participante no podrá salir del recinto destinado para la salida, hasta la hora de salida para así facilitar el vise de control a la organización.

**Art. 7)** Abandono. El atleta que abandone deberá entregar el dorsal al llegar al puesto de control o avituallamiento más próximo y será conducido a meta por un coche de la organización.

**Art. 8)** Señalización del recorrido. El kilometraje estará indicado cada 5 kms. por pancartas señalizadoras y flechas de pintura blanca al lado izquierdo de la carretera.

**Art. 9)** Precauciones a tomar en la prueba:

A) Será cortada la circulación en ciertos tramos del recorrido al paso de los corredores.

B) Es obligatorio que el atleta circule por la izquierda.

C) En los cruces de carretera habrá siempre personal de la organización. De todas formas, se recomienda al atleta MUCHA PRUDENCIA.

**Art. 10)** CIRCUITO. El circuito se comunicará con posteridad.

**Art. 11)** Seguros. Los participantes serán asegurados contra los accidentes corporales acontecidos involuntariamente por la intervención de una fuerza exterior. La insolación no está considerada como accidente.

**Art. 12)** Premios. Los que terminen la prueba de 100 kms., recibirán: Diploma y Medalla. A los tres primeros clasificados con opción al Campeonato de España se les otorgará:

Al primer clasificado: medalla dorada.

Al segundo clasificado: medalla plateada.

Al tercer clasificado: medalla bronceada.

**Art. 13)** Clasificaciones.

Será establecida una clasificación general de todas las categorías, una clasificación femenina y veteranos.

Habrá una clasificación por equipos (mínimo 3 corredores). Los Clubes tendrán que estar afiliados a la RFEA

**Art. 14)** El Comité organizador se reserva el derecho a la interpretación de los artículos, pudiendo establecer o suprimir nuevas normas.

## **VII CAMPEONATO DE ESPAÑA DE CARRERA DE MONTAÑA**

**Artº. 1º)** La Federación a designar de atletismo, organizará el Campeonato de España de Carrera de Montaña para Hombres y Mujeres como una competición individual, en lugar a designar, el día 13 de Junio de 2010, comenzando a las 10,00h., bajo la siguiente normativa:

### **Artº. 2º) PROGRAMA**

Podrán participar en esta competición los/as atletas nacidos en 1991 y anteriormente.

El Campeonato se llevará a cabo en un día y de acuerdo a la Reglamentación de la IAAF y RFEA.

Las carreras se podrán celebrar de acuerdo a las siguientes distancias y especificaciones:

Salida y llegada en distinto nivel:

Mujeres: aprox. 7km, 550m subida  
Hombres: aprox. 12km, 1200m subida.

Salida y llegada al mismo nivel: (se celebrará durante 2010).

Mujeres: ascenso/ descenso, aprox. 7km, 400m subida  
Hombres: ascenso/ descenso, aprox. 12km, 700m subida

Estas distancias son aproximadas pero no se aceptará modificación en las distancias que implique más de un 20%.

Para recorridos en su mayoría de subida, el porcentaje de bajada no debe ser superior al 10% de la subida total.

### **Artº. 3º) REQUERIMIENTOS TÉCNICOS**

El recorrido tiene que ajustarse a las siguientes normas:

No debe tener zonas peligrosas.  
Debe estar perfectamente señalizado

Si durante el recorrido hay carretera asfaltada la misma no podrá ser superior al 20% de la distancia total.

Los jueces serán los encargados de supervisar las secciones técnicamente difíciles o con posibles atajos.

Zonas de bajada:

Debe haber tramos en los que se pase por zona de rocas.  
El recorrido no tiene que contener gravilla

No se debe superar el 30% de inclinación en la bajada, medido en cada kilómetro desde el comienzo de la bajada.

Para recorridos de subida y bajada que no tengan la salida y la meta en el mismo punto, la diferencia entre la subida total y la bajada total no debe ser superior al 5%.

#### **Artº. 4º) INSCRIPCIONES, CONFIRMACIONES**

Las Federaciones Autonómicas serán las encargadas de realizar las inscripciones de los atletas que quieran tomar parte en el Campeonato.

Toda atleta que quiera competir en el Campeonato de España de Carreras de Montaña deberá tener en vigor la licencia de la RFEA.

La Confirmación final de los atletas, se realizará en lugar a designar desde las 19,00, hasta las 21,00 horas del día 13 de Junio, y en el circuito el día 14 de Junio hasta 1 hora antes del inicio de la carrera. A las 20,00h. esta prevista realizar una reunión técnica, para los participantes, donde se explicará el recorrido.

#### **Artº. 5º) PREMIOS**

Los atletas clasificados 1º, 2º y 3º, recibirán de la RFEA la medalla dorada, plateada y bronceada respectivamente así como trofeo de la organización.

## **II CAMPEONATO DE 10KM RUTA ABSOLUTO**

**Art. 1)** Por delegación de la RFEA la Federación de Atletismo a designar organizará el Campeonato de España de 10km Ruta para hombres y mujeres, el día 17 de abril en lugar a designar bajo la siguiente normativa:

#### **Art. 2) PROGRAMA**

Pueden participar atletas nacidos en 1992 y anteriormente.

El campeonato se llevará a cabo en un día y de acuerdo a la reglamentación de la IAAF y RFEA.

#### **Art. 3) MÍNIMA DE PARTICIPACIÓN**

Para participar en el Campeonato, son necesarias las siguientes mínima de participación, conseguidas durante el año 2009 ó 2010:

<b>HOMBRES</b>		<b>MUJERES</b>
15:00.00	<b>5.000/5km</b>	19:00.00
31:30.00	<b>10.000/10km</b>	40:00.00
1h08:30	<b>Medio Maratón</b>	1h26:00

Así mismo podrán participar:

Los 50 primeros clasificados en el Campeonato de España de Campo a Través senior masculino.

Las 75 primeras clasificadas en el Campeonato de España de Campo a Través largo femenino.

Los 30 primeros clasificados en el Campeonato de España de Campo a Través promesa masculino.

#### **Art. 4) INSCRIPCIONES, CONFIRMACIONES**

Las Federaciones Autonómicas serán las encargadas de realizar las inscripciones así como los clubes de División de Honor y Primera División, de los atletas que quieran tomar parte en el Campeonato. El plazo de inscripción se cierra el 13 de abril de 2010.

La confirmación final de los atletas se realizará en lugar a designar desde la 19:00 a las 21:00 del día anterior a la prueba y en el circuito hasta 1 hora antes del inicio de la carrera.

#### **Art. 5) Invitación**

La organización abonará viaje, más las correspondientes dietas de viaje y estancia, de acuerdo con la normativa vigente de la RFEA a los 5 primeros atletas clasificados absolutos (hombres y mujeres) en el Campeonato.

#### **Art. 6) Horario**

- 11.00 Veteranos hombres (M45 en adelante)
- 12.00 Mujeres (absoluta y veteranas)
- 13.00 Hombres (absoluto y veteranos M35/M40)

#### **Art. 7) Premios**

Los atletas clasificados, 1º, 2º y 3º, recibirán de la RFEA la medalla dorada, plateada y bronceada respectivamente.

## **II CAMPEONATO DE ESPAÑA DE MILLA ABSOLUTO Y VETERANO**

**Art. 1)** Por delegación de la RFEA, la Federación Andaluza de atletismo organizará el II Campeonato de España de Milla, en Córdoba, el 18 de septiembre de 2010.

#### **Art. 2) MÍNIMAS DE PARTICIPACIÓN**

Podrán participar los atletas nacidos en 1991 y anteriormente que estén en posesión de las marcas mínimas establecidas. Marcas conseguidas durante el año 2009 ó 2010.

<b>Hombres</b>		<b>Mujeres</b>
1:50.00	<b>800</b>	2:12.00
3:50.00	<b>1500</b>	4:40.00
4:00.00	<b>Milla</b>	4:50.00
8.20.00	<b>3000</b>	9:55.00

#### **Art. 3) INSCRIPCIONES Y CONFIRMACIONES**

Las Federaciones Autonómicas serán las encargadas de realizar las inscrip-

ciones, así como los clubes de División de Honor y Primera División, de los atletas que quieran tomar parte en el Campeonato. El plazo de inscripción se cierra el día 14 de septiembre de 2010.

La confirmación final y retirada de dorsales se realizará en lugar a designar, desde las 19.00 a las 21.00 h. del día anterior a la prueba y en el circuito hasta 1 hora antes del inicio de cada carrera.

**Art. 4) HORARIO**

10h00 M-65 y superiores

10h15 M-60

10h30 F-55 y superiores

10h45 M-55

11h00 M-50

11h15 F-45 y F-50

11h30 M-45

11h45 F-40 y F-35

12h00 M-40

12h15 M-35

12h30 Absoluto Mujeres

12h45 Absoluto Hombres

**Art. 5) INVITACIÓN**

La organización abonará viaje, mas las correspondientes dietas de viaje y estancia, de acuerdo con la normativa vigente de la RFEA a los 5 primeros atletas clasificados (hombres y mujeres) en el Campeonato Absoluto.

**Art. 6) PREMIOS**

Los atletas clasificados, 1º, 2º y 3º, recibirán de la RFEA la medalla dorada, plateada y bronceada respectivamente.