

FEDERACIÓN DE ATLETISMO DE MADRID

CAMPEONATO DE MADRID MÁSTER

LUGAR:	Polideportivo El Soto de Mostoles la 1ª jornada Pista de Atletismo del CDM Aluche la 2ª jornada
DIA:	10 y 11/06/2023
HORA DE INICIO:	10.00 h
ORGANIZADOR:	Federación de Atletismo de Madrid

REGLAMENTO

Art. 1 - Licencias autorizadas a participar:

- Licencias FAM. Atletas máster, 35 años cumplidos el día de la prueba.

Art. 2 - Inscripciones:

- [SDP RFEA](#) hasta las 23:59 del 06/06/2023. La participación estará limitada según horarios, se limitará por coeficiente de marcas, marcas válidas de la temporada 2022 y 2023. Cada atleta podrá inscribirse a un máximo de dos pruebas en el campeonato, si se inscribieran a más pruebas serán eliminados de todas ellas. El listado de admitidos se publicará a partir del 07/06/2023.

Art. 3 – Normas técnicas de competición:

- Cadencia de los listones: la altura más baja solicitada por los atletas y siempre que los saltómetros lo permitan, subiéndose de 3 en 3 en la altura y de 5 en 5 en la pértiga, deberá seguirse la cadencia, aunque quede un solo atleta.
- En las pruebas con más de una serie, será vencedor el que realice mejor tiempo del conjunto de las series.
- La prueba de pértiga se publicará próximamente.
- Recibirán medalla los tres primeros de cada prueba de cada categoría, si algún atleta no subiera a pódium se entenderá que renuncia a la medalla.
- Altura y distancia de las vallas:
400 v 35-49 M: 0,914-45*35*40
400 v 50-59 M: 0,84-45*35*40
300 v M (60-69) F (50-59): 0,762-50*35*40
110 v 35-40 M: 0,991-13,72*9,14*14,02
100 v 50-59 M: 0,914-13*8,5*10,5
100 v 60-69 M: 0,84-12*8*16
100 v 35-39 F: 0,84-13*8,5*10,5
80 v 40-49 F: 0,762*12*8*12
80 v 50-59 F: 0,762-12*7*19

- Pesos de los artefactos:

HOMBRES

Categoría	Peso-Martillo	Jabalina	Disco
35-39	7,260	0,8	2
40-44	7,260	0,8	2
45-49	7,260	0,8	2
50-54	6	0,7	1,5
55-59	6	0,7	1,5
60-64	5	0,6	1
65-69	5	0,6	1
70-79	4	0,5	1
80 y más	3	0,4	1

MUJERES

Categoría	Peso-Martillo	Jabalina	Disco
35-39	4	0,6	1
40-44	4	0,6	1
45-49	4	0,6	1
50-54	3	0,5	1
55-59	3	0,5	1
60-74	3	0,5	1
75 y más	2	0,4	1

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

HORARIO

1ª Jornada (10/06/2023 - MOSTOLES)

CARRERAS

Acceso Pista	Comienzo Prueba	Prueba	Sexo	Series
9:55	10:00	5.000 marcha	M-F	
10:40	10:45	800 ml	F	SERIE 1 W 35-44
10:44	10:49	800 ml	F	SERIE 2 W 45-74
10:49	10:54	800 ml	M	SERIE 1 M 35-39
10:53	10:58	800 ml	M	SERIE 2 M 40-44
10:57	11:02	800 ml	M	SERIE 3 M 45-49
11:01	11:06	800 ml	M	SERIE 4 M 50-54
11:05	11:10	800 ml	M	SERIE 5 M 55-59
11:09	11:14	800 ml	M	SERIE 6 M 60-89
11:15	11:20	400 ml	F	SERIE 1 W 35-49
11:18	11:23	400 ml	F	SERIE 2 W 40-44

Colaboradores

11:21	11:26	400 ml	F	SERIE 3 W 50-64
11:24	11:29	400 ml	M	SERIE 1 M 35-39 / 55-59
11:27	11:32	400 ml	M	SERIE 2 M 40-44
11:30	11:35	400 ml	M	SERIE 3 M 40-44
11:33	11:38	400 ml	M	SERIE 4 M 45-49
11:36	11:41	400 ml	M	SERIE 5 M 50-54
11:39	11:44	400 ml	M	SERIE 6 M 50-54
11:42	11:47	400 ml	M	SERIE 7 M 60-69
11:48	11:53	100 ml	F	SERIE 1 W 35-39
11:51	11:56	100 ml	F	SERIE 2 W 40-44
11:54	11:59	100 ml	F	SERIE 3 W 45-49
11:56	12:01	100 ml	F	SERIE 4 W 50-54
11:59	12:04	100 ml	F	SERIE 5 W 50-54
12:02	12:07	100 ml	F	SERIE 6 W 55-74
12:05	12:10	100 ml	M	SERIE 1 M 35-39
12:08	12:13	100 ml	M	SERIE 2 M 40-44
12:11	12:16	100 ml	M	SERIE 3 M 45-49
12:14	12:19	100 ml	M	SERIE 4 M 50-54
12:17	12:22	100 ml	M	SERIE 5 M 55-59
12:20	12:25	100 ml	M	SERIE 6 60-64
12:23	12:28	100 ml	M	SERIE 7 65-69

HORARIO CONCURSOS

Acceso Pista	Comienzo Prueba	Prueba	Sexo	Artefactos y tablas
9:20	09:50	Jabalina	M	
9:30	10:00	Peso	M	M 35-59 7,260 – 6 Kg
9:30	10:00	Triple	M	7m, 9 m y 11 m
9:40	10:10	Altura	M	M 35-59
11:10	11:40	Jabalina	F	
10:50	11:20	Peso	M	M60 en adelante 5, 4 y 3 Kg
11:10	11:40	Triple	F	5 m, 7 m y 9 m
11:20	11:50	Altura	M-F	M 60-79 W 35-69
12:10	12:40	Peso	F	4 y 3 Kg
12:50	13:20	Martillo	M	M35 a M59 7,260 Kg y 6 Kg

2ª Jornada (11/06/2023 - ALUCHE)

CARRERAS

Acceso Pista	Comienzo Prueba	Prueba	Sexo	Series
9:55	10:00	110 mv	M	SERIE 1 M 35-49
10:01	10:06	100 mv	M	SERIE 2 M 50-59
10:07	10:12	100 mv	F	SERIE 1 W 35-39
10:13	10:18	80 mv	F	SERIE 1 W 40-49
10:19	10:24	80 mv	F	SERIE 1 W 50-59
10:25	10:30	200 ml	F	SERIE 1 W 35-44
10:28	10:33	200 ml	F	SERIE 2 W 45-49

10:31	10:36	200 ml	F	SERIE 3 W 50-54
10:34	10:39	200 ml	F	SERIE 4 W 55-74
10:37	10:42	200 ml	M	SERIE 1 M 35-39
10:40	10:45	200 ml	M	SERIE 2 M 40-44
10:43	10:48	200 ml	M	SERIE 3 M 40-44
10:46	10:51	200 ml	M	SERIE 4 M 45-49
10:49	10:54	200 ml	M	SERIE 5 M 50-54
10:52	10:57	200 ml	M	SERIE 6 M 55-59
10:55	11:00	200 ml	M	SERIE 7 M 60-64
10:58	11:03	200 ml	M	SERIE 8 M 65-79
11:05	11:10	1500 ml	F	SERIE 1 W 35-49
11:12	11:17	1500 ml	F	SERIE 2 W 50-74
11:21	11:26	1500 ml	M	SERIE 1 M 35-39
11:27	11:32	1500 ml	M	SERIE 2 M 40-44
11:33	11:38	1500 ml	M	SERIE 3 M 40-44
11:39	11:44	1500 ml	M	SERIE 4 M 45-49
11:46	11:51	1500 ml	M	SERIE 5 M 50-54
11:53	11:58	1500 ml	M	SERIE 6 M 55-59
12:01	12:06	1500 ml	M	SERIE 7 M 60-64
12:09	12:14	1500 ml	M	SERIE 8 M 65-79
12:19	12:24	2.000 Obstáculos	F-M	SERIE 1 W 40-54 M 60-74
12:34	12:39	3000 Obstáculos (0,84)	M	SERIE 1 M 50-59
12:49	12:54	3000 Obstáculos (0,914)	M	SERIE 2 M 35-49

13:05	13:10	400 mv	M	SERIE 1 M 40-49
13:09	13:14	400 mv	M	SERIE 2 M 50-59
13:17	13:22	400 mv	F	SERIE 1 W 35-49
13:21	13:26	300 mv	F-M	SERIE 1 M 60-69 W 50-59

HORARIO CONCURSOS

Acceso Pista	Comienzo Prueba	Prueba	Sexo	Artefactos y tablas
9:30	10:00	Martillo	M-F	M60 en adelante F Todas 5Kg, 4 Kg, 3 Kg
9:30	10:00	Longitud	M	
11:20	11:50	Disco	M	M35 a M60 2 Kg, 1,5 Kg, 1 Kg
11:10	11:40	Longitud	F	
12:45	13:15	Disco	M-F	M 65-79 W 35-60 1 Kg.

Federación Atletismo Madrid