

FEDERACIÓN DE ATLETISMO DE MADRID

CAMPEONATO DE MADRID MÁSTER

LUGAR: Pista de Atletismo del CDM Aluche
DÍA: 01/06/2024
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 28/05/2024. La participación estará limitada según horarios, se limitará por coeficiente de marcas, marcas válidas de la temporada 2023 y 2024. 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 29/05/2024.

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

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

Colaboradores

55-59	6	0,7	1,5	55-59	3	0,5	1
60-64	5	0,6	1	60-74	3	0,5	1
65-69	5	0,6	1	75 y más	2	0,4	1
70-79	4	0,5	1				
80 y más	3	0,4	1				

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

HORARIO

CARRERAS				
Acceso Pista	Comienzo Prueba	Prueba	Sexo	Series
9:55	10:00	110 mv	M	SERIE 1 M 35-45
10:01	10:06	100 mv	F	SERIE 1 F 35 / M 50-55
10:07	10:12	80 mv	F	SERIE 1 F 40-45
10:13	10:18	80 mv	F	SERIE 1 F 50-55 / M 70
10:20	10:25	800 ml	F	SERIE 1 F 35-45
10:25	10:30	800 ml	F	SERIE 2 F 50-75
10:30	10:35	800 ml	M	SERIE 1 M 35
10:35	10:40	800 ml	M	SERIE 2 M 40
10:40	10:45	800 ml	M	SERIE 3 M 45
10:45	10:50	800 ml	M	SERIE 4 M 45
10:50	10:55	800 ml	M	SERIE 5 M 50
10:55	11:00	800 ml	M	SERIE 6 M 55
11:00	11:05	800 ml	M	SERIE 7 M 65
11:05	11:10	800 ml	M	SERIE 8 M 60-70-80-85
11:10	11:15	400 ml	F	SERIE 1 F 35
11:15	11:20	400 ml	F	SERIE 2 F 40-50
11:20	11:25	400 ml	F	SERIE 3 F 45

11:25	11:30	400 ml	F	SERIE 4 F 55-65
11:30	11:35	400 ml	M	SERIE 1 M 35
11:35	11:40	400 ml	M	SERIE 2 M 35
11:40	11:50	400 ml	M	SERIE 3 M 40
11:50	11:55	400 ml	M	SERIE 4 M 45
11:55	12:00	400 ml	M	SERIE 5 M 45
12:00	12:05	400 ml	M	SERIE 6 M 50
12:05	12:10	400 ml	M	SERIE 7 M 55
12:10	12:15	400 ml	M	SERIE 8 M 60
12:15	12:20	400 ml	M	SERIE 9 M 65-75-85
11:22	12:27	100 ml	F	SERIE 1 F 35-55
12:25	12:30	100 ml	F	SERIE 2 F 40
12:28	12:33	100 ml	F	SERIE 3 F 45
12:31	12:36	100 ml	F	SERIE 4 F 50
12:34	12:39	100 ml	F	SERIE 5 F 60-65-70-75
12:37	12:42	100 ml	M	SERIE 1 M 40
12:40	12:45	100 ml	M	SERIE 2 M 40
12:43	12:48	100 ml	M	SERIE 3 M 45
12:46	12:51	100 ml	M	SERIE 4 M 45
12:49	12:54	100 ml	M	SERIE 5 M 50
12:52	12:57	100 ml	M	SERIE 6 M 50
12:55	13:00	100 ml	M	SERIE 7 M 35-60
12:58	13:03	100 ml	M	SERIE 8 M 55-65-75-90

CONCURSOS

Acceso Pista	Comienzo Prueba	Prueba	Sexo	Artefactos y tablas
--------------	-----------------	--------	------	---------------------

JABALINA

9:20	9:50	Jabalina	M	M 35-40-50-60
------	------	----------	---	---------------

10:50	11:20	Jabalina	M	M 45-55-65-70-75
-------	-------	----------	---	------------------

12:20	12:50	Jabalina	F	
-------	-------	----------	---	--

MARTILLO

9:20	9:50	Martillo	M	M 50-65-70-75
------	------	----------	---	---------------

10:50	11:20	Martillo	M	M 35-40-45-55-60
-------	-------	----------	---	------------------

12:20	12:50	Martillo	F	
-------	-------	----------	---	--

PESO

9:30	10:00	Peso	F-M	M 35-40-45-85 F 50-55-60-65 FOSO 1
------	-------	------	-----	--

11:15	11:45	Peso	M	M 60-65-70-75 FOSO 1
-------	-------	------	---	-------------------------

11:50	12:20	Peso	F	F 35-40-45 FOSO 2
-------	-------	------	---	----------------------

12:45	13:15	Peso	M	M 50-55 FOSO 1
-------	-------	------	---	-------------------

TRIPLE

9:30	10:00	Triple	M	5 m, 8 m, 11 m
------	-------	--------	---	----------------

11:10	11:25	Triple	F	5 m, 7 m, 8 m
-------	-------	--------	---	---------------

ALTURA

9:30	10:00	Altura	M	M35 A M60
------	-------	--------	---	-----------

11:30	12:00	Altura	M-F	M65-M75 TODAS F
-------	-------	--------	-----	--------------------

CARRERAS				
Acceso Pista	Comienzo Prueba	Prueba	Sexo	Series
16:55	17:00	400 mv	M	SERIE 1 M 35-40-45
17:02	17:07	400 mv	M	SERIE 2 M 50-55
17:10	17:15	300 mv	F-M	SERIE 1 M 60-70 F 55
17:18	17:23	200 ml	F	SERIE 1 F 35
17:21	17:26	200 ml	F	SERIE 2 F 40
17:24	17:29	200 ml	F	SERIE 3 F 45
17:27	17:32	200 ml	F	SERIE 4 F 50-55
17:30	17:35	200 ml	F	SERIE 5 F 60-65-75
17:33	17:38	200 ml	M	SERIE 1 M 35
17:36	17:41	200 ml	M	SERIE 2 M 40
17:39	17:44	200 ml	M	SERIE 3 M 40
17:42	17:47	200 ml	M	SERIE 4 M 45
17:45	17:50	200 ml	M	SERIE 5 M 45
17:48	17:53	200 ml	M	SERIE 6 M 50
17:51	17:56	200 ml	M	SERIE 7 M 55-60
17:54	17:59	200 ml	M	SERIE 8 M 65-70-75-90
18:00	18:05	1500 ml	F	SERIE 1 F 35-40
18:06	18:11	1500 ml	F	SERIE 2 F 45-50-55
18:12	18:17	1500 ml	M	SERIE 1 M 35
18:18	18:23	1500 ml	M	SERIE 2 M 40
18:24	18:29	1500 ml	M	SERIE 3 M 45
18:30	18:35	1500 ml	M	SERIE 4 M 45

18:36	18:41	1500 ml	M	SERIE 5 M 50
18:42	18:47	1500 ml	M	SERIE 6 M 55
18:48	18:53	1500 ml	M	SERIE 7 M 60-65-70-80
18:55	19:00	2.000 Obstáculos	F-M	SERIE 1 W 45 / M 65
19:05	19:10	3000 Obstáculos (0,84)	M	SERIE 1 M 50-55
19:19	19:24	3000 Obstáculos (0,914)	M	SERIE 2 M 40-45

HORARIO CONCURSOS

Acceso Pista	Comienzo Prueba	Prueba	Sexo	Artefactos y tablas
LONGITUD				
16:00	16:30	Longitud	F	F45 A F70 1 m
17:20	17:50	Longitud	F-M	F35-F40 M35-M40-M45
18:40	19:10	Longitud	M	M50 en adel. 1 m
DISCO				
14:40	15:10	Disco	F-M	F todas M35
16:40	17:10	Disco	M	M40-M45-M50
18:40	19:10	Disco	M	M55 en adel.