



FEDERACIÓN DE ATLETISMO DE LA REGIÓN DE MURCIA

(ENTIDAD DE UTILIDAD PÚBLICA)

CIRCULAR 037/2024

27 de marzo de 2024

NORMATIVA AIRE LIBRE CATEGORÍAS MENORES Tª 2024 (SUB10, SUB12 Y SUB14)

Por la presente, se informa a todos los interesados de la Normativa de Aire Libre para las categorías Sub10, Sub12 y Sub14, de cara a la Temporada 2024.

En Murcia, a 27 de marzo de 2024

Vº Bº



Fdo. Pruden Guerrero Cruz
Presidenta FAMU
[presidente@famु.es](mailto:presidente@famু.es)

NORMATIVA CATEGORÍAS MENORES (SUB10-SUB12 Y SUB14) AIRE LIBRE 2024

FORMATO DE COMPETICIÓN JORNADAS

Para categoría Sub10 y Sub12, se organizarán 3 triatlones diferentes que irán variando en cada jornada.

Para categoría Sub14, se organizarán los 5 triatlones RFEA (se programarán 3 para cada jornada)

Además de los triatlones, se organizarán pruebas individuales.

NÚMERO DE INTENTOS

Salto de altura: El atleta será descalificado cuando realice dos intentos nulos consecutivos.

Resto de concursos (salto con pértiga, saltos horizontales y lanzamientos): Cada atleta tendrá 3 intentos.

Carreras: Se podrá realizar una salida nula en cada serie. El siguiente atleta que realice una salida nula será descalificado.

PRUEBAS INDIVIDUALES

- **Sub10:** 1000ml, Triple Salto y Lanzamiento de Martillo
- **Sub12:** 500ml, 2000ml, Triple Salto, Salto con Pértiga en foso de arena y Lanzamiento de Martillo
- **Sub14:** 150ml, 500ml, 3000ml, 220mv, 1000m obstáculos, Triple salto, Salto con Pértiga y Lanzamiento de Martillo

NORMATIVA TÉCNICA

DISTANCIA PRUEBA DE MARCHA

Jornadas con triatlón:

- Sub10 - 500m marcha
- Sub12 - 1000m marcha
- Sub14 – 2000m marcha

CARRERAS DE VELOCIDAD Y VALLAS:

- Sub10 – 50ml y 50mv
- Sub12 – 60ml y 60mv
- Sub14 – 80ml y 80mv

DISTANCIA DE LAS VALLAS

CATEGORÍA	PRUEBA	Nº VALLAS	ALTURA VALLAS	DISTANCIA SALIDA A 1º VALLA	DISTANCIA ENTRE VALLAS	DISTANCIA ÚLTIMA VALLA A META
Sub10	50mv	5	0.50	13	6.5	11
Sub12	60mv	5	0.60	13	7	19
Sub14 Hombres	80mv	8	0.84	12.30	8.20	10.30
Sub14 Mujeres	80mv	8	0.76	12.30	8.20	10.30

TRIPLE SALTO

- Sub10: Se realizará sin carrera de aproximación, realizándose desde parado, pudiendo iniciar el movimiento con un pie adelantado.
- Sub12: Máximo de 8m de carrera de aproximación.
- Sub14: Máximo de 15m de carrera de aproximación.

SALTO CON PÉRTIGA

- Sub12: En el foso de arena, se establecerá una zona de clavada de un metro aproximadamente, medido desde el borde del foso. En este espacio se deberá clavar la pértiga y realizar un salto horizontal agarrado a la pértiga y sin soltarse de ella. Se medirá desde el inicio del foso, hasta la última marca dejada por el atleta, sin considerar la pértiga parte del mismo.
- Sub14: Se realizará en la colchoneta de pértiga y según el reglamento de la World Athletics.

LANZAMIENTO DE PESO

- Sub10 y Sub12: Bola de 2kg
- Sub14: Bola reglamentaria de 3kg

SALTO DE ALTURA

- Sub10: Se realizará utilizando la técnica de salto a tijera (primer contacto en la zona de caída será con el pie de la pierna libre). La utilización de zapatillas de clavos, estará condicionada por la superficie de la colchoneta de caída utilizada en cada competición.
- Sub12 y Sub14: Se realizará en la colchoneta de altura y según el reglamento de la World Athletics.

LANZAMIENTO DE MARTILLO

- Sub10: Martillo de iniciación de 2kg. Es obligatorio que el martillo se agarre del asa para lanzarlo, **en ningún caso se permitirá que el martillo se agarre por el cable.**
- Sub12: Martillo reglamentario de 2kg
- Sub14: Martillo reglamentario de 3kg

LANZAMIENTO DE DISCO

- Sub10: Disco multiposición de 400gr. El disco deberá encontrarse siempre en contacto con la palma de la mano y mantenido sobre las yemas de los dedos, permitiéndose colocar los dedos sobre las hendiduras del disco, sobre la parte lisa o dentro de la cobertura. **Nunca se podrá agarrar el disco de su asa para ser lanzado.**
- Sub12: Disco reglamentario de 600gr
- Sub14: Disco reglamentario de 800gr

LANZAMIENTO DE JABALINA

- Sub10 y Sub12: Vórtex
- Sub14 femenino: Jabalina reglamentaria de 400gr
- Sub14 masculino: Jabalina reglamentaria de 500gr

PARTICIPACIÓN

Cada atleta podrá participar como máximo en un triatlón y una prueba individual, no pudiendo realizar más de una carrera igual o superior a 500m.

Es obligatorio participar en todas las pruebas del triatlón. Aquellos atletas que no participen en alguna de las pruebas, no podrán realizar ninguna prueba posterior, ya sea del triatlón o individual; y el club será sancionado con 3€.

GESTIÓN DE RESULTADOS

En categorías Sub10 y Sub12, únicamente se registrarán las marcas individuales realizadas en cada prueba, no habiendo un sumario final de cada triatlón. En categoría Sub14, habrá además un sumatorio final de cada triatlón.

En la prueba de marcha, en las categorías sub10 y sub12, no habrá área de penalización, ni será descalificado ningún atleta antes de entrar a meta. Una vez finalizada la carrera aquellos atletas que hayan recibido 3 tarjetas rojas se le sumarán 30 segundos a su tiempo de carrera y los que hayan recibido 4 tarjetas rojas aparecerán descalificados en la hoja de resultados.

INSCRIPCIONES

INSCRIPCIÓN EN TRIATLONES:

En categoría Sub14, los atletas se inscribirán en el triatlón RFEA que deseen realizar (Triatlón A, B, C, D o E).

En categorías Sub10 y Sub12, con el fin de facilitar el sistema de inscripción y la gestión de resultados, cada atleta se inscribirá únicamente en el lanzamiento (peso, disco o vórtex) que incluye el triatlón que desea realizar.

Ejemplo: si en la I Jornada un atleta quiere realizar el triatlón A, compuesto por 50/60ml – altura – peso, únicamente se tendrá que inscribir en la prueba de peso y la secretaría de competición de la FAMU, lo inscribirá automáticamente en las pruebas que lleve asociadas ese triatlón, en este caso, 50/60ml y altura.

INSCRIPCIÓN EN PRUEBAS INDIVIDUALES

En caso de que desee realizar alguna prueba individual, también tendrá que inscribirse en esa prueba.

FORMATO DE COMPETICIÓN – CAMPEONATO REGIONAL SUB10, SUB12 Y SUB14

Las marcas realizadas durante las tres jornadas, serán clasificatorias para el Campeonato Regional (1 y 2 de junio de 2024). En este campeonato se realizarán todas las pruebas de manera individual, de manera que cada atleta podrá realizar un máximo de 3 pruebas y no podrá correr más de una carrera igual o superior a 500m.

En el Campeonato Regional participarán un máximo de 16 atletas por prueba.

DISTANCIA PRUEBAS DE MARCHA – CAMPEONATO REGIONAL

- Sub10 - 1000m marcha
- Sub12 - 2000m marcha
- Sub14 – 2000m marcha

ORGANIZACIÓN TRIATLONES

CATEGORÍA SUB10

I JORNADA

MUJERES

A
500ML
LONGITUD
PESO

B
500M MARCHA
ALTURA
DISCO

C
50ML
50MV
VORTEX

HOMBRES

A
500ML
LONGITUD
PESO

B
500M MARCHA
ALTURA
DISCO

C
50ML
50MV
VORTEX

II JORNADA

MUJERES

A
500M MARCHA
ALTURA
PESO

B
500ML
50MV
DISCO

C
50ML
LONGITUD
VORTEX

HOMBRES

A
50ML
ALTURA
PESO

B
500ML
50MV
DISCO

C
500M MARCHA
LONGITUD
VORTEX

III JORNADA

MUJERES

A
500M MARCHA
50MV
PESO

B
50ML
LONGITUD
DISCO

C
500ML
ALTURA
VORTEX

HOMBRES

A
500M MARCHA
50MV
PESO

B
50ML
LONGITUD
DISCO

C
500ML
ALTURA
VORTEX

CATEGORÍA SUB12

I JORNADA

MUJERES

A
1000M MARCHA
ALTURA
PESO

B
1000ML
60MV
DISCO

C
60ML
LONGITUD
VORTEX

HOMBRES

A
60ML
ALTURA
PESO

B
1000ML
60MV
DISCO

C
1000M MARCHA
LONGITUD
VORTEX

II JORNADA

MUJERES

A
1000ML
LONGITUD
PESO

B
60ML
ALTURA
DISCO

C
1000M MARCHA
60MV
VORTEX

HOMBRES

A
1000M MARCHA
60MV
PESO

B
60ML
LONGITUD
DISCO

C
1000ML
ALTURA
VORTEX

III JORNADA

MUJERES

A
60ML
60MV
PESO

B
1000M MARCHA
LONGITUD
DISCO

C
1000ML
ALTURA
VORTEX

HOMBRES

A
1000ML
LONGITUD
PESO

B
1000M MARCHA
ALTURA
DISCO

C
60ML
60MV
VORTEX

CATEGORÍA SUB14

I JORNADA

SUB14 MUJERES

C
80MV
LONGITUD
ALTURA

D
80ML
PESO
DISCO

E
80ML
JABALINA
2000M MARCHA

SUB14 HOMBRES

B
1000ML
LONGITUD
JABALINA

D
80ML
PESO
DISCO

E
80ML
JABALINA
2000M MARCHA

II JORNADA

SUB14 MUJERES

A
80ML
80MV
PESO

B
1000ML
LONGITUD
JABALINA

C
80MV
LONGITUD
ALTURA

SUB14 HOMBRES

A
80ML
80MV
PESO

B
1000ML
LONGITUD
JABALINA

C
80MV
LONGITUD
ALTURA

III JORNADA

SUB14 MUJERES

A
80ML
80MV
PESO

B
1000ML
LONGITUD
JABALINA

D
80ML
PESO
DISCO

E
80ML
JABALINA
2000M MARCHA

SUB14 HOMBRES

A
80ML
80MV
PESO

C
80MV
LONGITUD
ALTURA

D
80ML
PESO
DISCO

E
80ML
JABALINA
2000M MARCHA

PRUEBAS LIBRES**CATEGORÍA SUB10**

	I JORNADA	II JORNADA	III JORNADA
1000ML		X	X
TRIPLE SALTO	X		X
MARTILLO	X	X	

CATEGORÍA SUB12

	I JORNADA	II JORNADA	III JORNADA
500ML	X	X	
2000ML		X	X
TRIPLE SALTO		X	X
PÉRTIGA	X		X
MARTILLO	X		X

CATEGORÍA SUB14

	I JORNADA	II JORNADA	III JORNADA
150ML	X	X	
500ML		X	X
3000ML	X	X	
220MV	X		X
1000M OBS		X	X
TRIPLE SALTO	X		X
PÉRTIGA	X	X	
MARTILLO		X	X