



región de
murcia
ATLETISMO

CIRCULAR 008/2025

10 de enero de 2025

REGLAMENTO DE MENORES INVIERNO INDIVIDUAL TEMPORADA 2025

Por la presente se informa a todos los interesados del reglamento de competiciones de categorías menores que se van a desarrollar durante la temporada de invierno 2025.

Se establecen 2 jornadas clasificatorias y la final en cada categoría. En las dos jornadas de celebrará el primer torneo de triatlones del cual se celebrará la premiación en la final. Además del torneo de triatlones, se disputarán pruebas individuales.

Todas las marcas de las 2 jornadas clasificatorias son válidas para acceder a la final. En cada jornada un atleta puede hacer como máximo 1 triatlón y 1 prueba individual o 2 pruebas individuales. Un atleta puede hacer en una jornada 1 triatlón y 1 prueba individual y en otra jornada 2 pruebas individuales. Aunque desde la comisión de menores no lo recomendamos, se puede repetir triatlón en las 2 jornadas.

No se podrán realizar 2 carreras de 500 metros o más en la misma jornada.

También serán válidas para clasificarse para las finales las marcas del Cto. Regional de marcha en ruta.

Clasifican para la final las 16 mejores marcas en cada prueba, estableciendo como límite por atleta 3 pruebas en las categorías sub-10, sub-12 y sub-14.

En las pruebas de velocidad y vallas se disputarán semifinales y final el día de la final, pasando a la final los 3 primeros de cada serie y los dos mejores tiempos.

TORNEO DE TRIATLONES

Se establecen dos triatlones por categoría, para participar en el torneo los atletas deben participar en un triatlón diferente en cada jornada.



región de murcia ATLETISMO

Los triatlones por categoría son:

SUB-10	
TRIATLON A	TRIATLON B
50 ML	50 MV
500 ML	VORTEX
PESO	LONGITUD
SUB-12	
TRIATLON A	TRIATLON B
60 ML	60 MV
500 ML	PESO
ALTURA	LONGITUD
SUB-14	
TRIATLON A	TRIATLON B
60 ML	500 ML
1000 ML	PESO
ALTURA	LONGITUD

La puntuación se realizará usando la tabla de puntuación de los triatlones sub-14 <https://atletismorfea.es/sites/default/files/2023-05/Tablas%20Puntuacion%20Cto%20Sub14%20AL2020.pdf>, con estas especificaciones para las pruebas no incluidas:

500 ml: se multiplica la marca por 2 y se puntúa como el 1000 ml

Vortex; se puntúa como la jabalina

50 mv: se puntúa como el 60 mv

Normativa específica pruebas incluidas en los triatlones

Peso sub-10. Se realizará con bola de caucho de 2 kg

Peso sub-12. Se realizará con bola reglamentaria de 2kg

Peso sub-14. Se realizará con bola reglamentaria de 3 kg

Vortex. Sub-10: Limite de carrera 10 metros

Longitud

Sub-10: Limite de carrera 15 metros

Sub-12: Limite de carrera 20 metros

Sub-14: Limite de carrera 25 metros

Altura: Tanto en categoría sub-12 como sub-14 será salto a Flop en colchoneta alta con



región de murcia ATLETISMO

límite de carrera 8 metros

Cadencias:

Sub-12: 0.85 a 1.15 de 5 en 5 cms, después de 3 en 3 cms

Sub-14: 1.00 a 1.30 de 5 en 5 cms, después de 3 en 3 cms

En las jornadas clasificatorias los atletas dispondrán de 2 intentos por altura y en la final 3

Distancias y alturas de vallas

Sub-10 y Sub-12

Sub-10: 5 vallas a 0.50 distancia a 1ª valla 13 metros, entre vallas 6.5 metros y ultima valla a meta 11 metros

Sub-12: 5 vallas a 0.60 distancia a 1ª valla 13 metros, entre vallas 7 metros y ultima valla meta 19 metros.

PRUEBAS INDIVIDUALES

Sub-10

Altura: Salto a Tijera en colchoneta baja de protección de 20-30cm de grosor, al menos 2.5 metros de profundidad y de ancho al menos 50 cms más de prolongación a cada lado de los saltómetros. Límite de carrera de 8m y altura máxima de salto 1,00m.

Cadencia de 0,60m a 1,00m de 5cm en 5cm.

Triple: Sin carrera de aproximación, pudiéndose iniciar el movimiento con un pie adelantado

1000 ml

1000 marcha

Sub-12

Triple: Limite de 8 metros de carrera de aproximación

1000 ml

2000 marcha

Pértiga: Longitud con pértiga como hasta ahora. En verano pasara a colchoneta con normativa oficial

Vortex

Sub-14

Triple: Límite de carrera 15 metros, cuando sea posible tabla de pista no de plástico

2000 ml

2000 marcha

60 mv

Masculino: 5 vallas a 0.84, distancia a 1ª valla 12.30, entre vallas 8.20 y de ultima valla a meta 14.90

Femenino: 5 vallas a 0.76, distancia a 1ª valla 12.30, entre vallas 8.20 y de ultima valla a meta 14.90



región .de
mURCIA
ATLETISMO

Pértiga: Normativa oficial, empezando en la altura más baja que permitan los saltómetros de cada instalación, cadencia de 10 en 10 cms.

En Murcia, a 10 de enero de 2025.

Vº Bº

Fdo. Ana Maravillas Abellán Sánchez
Secretaria General FAMU
secretaria@famu.es



Fdo. Antonio Jesús Bermúdez Cutillas
Presidente FAMU
presidente@famu.es