



CONFEDERACION ARGENTINA DE ATLETISMO

REGLAMENTO TÉCNICO **ACTUALIZADO AL 19 – 03– 2012**

De acuerdo a las modificaciones de las categorías establecidas por la IAAF e implementadas por la CONSUDATLE, se establecieron las nuevas condiciones que regirán las actividades en el orden nacional a partir del 1° de Enero de 2004, y periódicamente son actualizadas, la última actualización lo dispuesto por el Consejo Directivo en su reunión de Mar del Plata del pasado 03-10-2009. **En razón de las modificaciones dispuestas por las IAAF a partir del 01-01-2012, se actualiza este reglamento. Cambios marcados con (=).**

CATEGORÍAS OFICIALES

A nivel nacional se reconocerán cuatro categorías, para las que se realizarán CAMPEONATOS NACIONALES anuales, se llevara registro de récords y se confeccionara ranking anual. Dichas categorías son las listadas a continuación:

- **Mayores Única:** Mujeres y Varones – Edad mínima 16 años.
- **Sub 23:** Mujeres y Varones – hasta 22 años a cumplir en el año de la competencia. Edad mínima 16 años
- **Juveniles (SUB 20):** Mujeres y Varones – hasta 19 años a cumplir en el año de la competencia. Edad mínima 15 años.
- **Menores (SUB 18):** Mujeres y Varones – hasta 17 años a cumplir en el año de la competencia. Edad mínima 14 años.
- **Cadetes (SUB 15):** Varones y Mujeres – atletas de 13 y 14 años a cumplir en el año de la competencia. Edad mínima 12 años.
- **Por acuerdo con la Secretaria de Deportes de la Nación, los Campeonatos Nacionales de la Categoría Cadetes se realizarán dentro del marco de los Juegos Deportivos “Evita”. No acumulando puntaje para el Potencial Atlético de cada federación.**

CATEGORIAS PROMOCIONALES (=)

La CADA reconoce una serie de actividades atléticas señaladas como categorías promocionales, que serán las siguientes:

- * **Infantiles (SUB 13):** Varones y Mujeres – atletas de 11 y 12 años a cumplir en el año de la competencia. Edad mínima 11 años.
Esta Categorías es orientativa y cada federación puede realizar según sus criterios los cambios necesarios.

La CADA no autoriza la realización de actividades de ningún tipo, por debajo de las categorías establecidas como promocionales y enunciadas precedentemente.

FICHADO DE ATLETAS:

Todo atleta al cumplir la edad de 12 años podrá ser Federado y Registrado por la Federación Provincial respectiva y en la Confederación Argentina de Atletismo, por una entidad afiliada.

Este procedimiento es obligatorio para aquellos que tengan la edad de 13 años y luego de haber participado en tres competencias registradas.

PARA LA PARTICIPACION EN LOS CAMPEONATOS NACIONALES ES NECESARIO ESTAR REGISTRADO EN LA CADA. (fichaje electrónico).

A PARTIR DEL 01-01-2012 LOS ATLETAS QUE NO ESTEN REGISTRADOS EN LA CADA NO SERÁN INCLUIDOS EN LOS RANKING ANUALES DE LAS DISTINTAS CATEGORÍAS. (=)

COMPETENCIAS NACIONALES:

Se realizarán los Campeonatos Nacionales de las Categorías Mayores, Sub 23, Juveniles, Menores y Cadetes.

No se realizará competencia nacional en Infantiles.

Los Campeonatos Nacionales sólo se disputarán en Pistas de Solado Sintético, de 400 metros y de por lo menos 6 andariveles. (=)

PARTICIPACION:

- a) Mayores: Sin límites de pruebas
- b) Sub 23: Sin límites de pruebas
- c) Juveniles: Hasta 6 pruebas en total

- d) Menores: Hasta 4 (cuatro) pruebas en total. En las carreras individuales de más de 200 metros sólo se permitirá participar en una de ellas por día
- e) Cadetes: Hasta 3 pruebas en total. Los de combinadas solo en esa prueba
- e) Infantiles: Hasta 3 pruebas en total. Los de combinadas solo en esa prueba
- f) **En las Copas Nacionales límite de pruebas por atletas será de:**
Mayores: 6 (seis) pruebas en total.
Juveniles y Menores: 4 (cuatro) en total. Los Menores en las carreras individuales de más de 200 metros sólo se les permitirá participar en una de ellas por día.
Cadetes: 3 (tres)

INSCRIPCIÓN:

La delegación no tendrá limitación en cuanto a la cantidad de integrantes.

En los Campeonatos Nacionales hasta 4 atletas por pruebas y el cumplimiento del régimen de marcas mínimas.

Las Federaciones deben respetar indefectiblemente los plazos de inscripción y se realizará exclusivamente en forma electrónica. (=)

PRUEBAS DE PISTA Y CAMPO

| PRUEBAS | MAYORES Y SUB 23 | | JUVENILES – SUB 20 | | MENORES – SUB 18 | |
|----------------------|------------------|---------------|--------------------|---------------|---------------------|---------------------|
| | VARONES | MUJERES | VARONES | MUJERES | VARONES | MUJERES |
| VELOCIDAD | 100 m | 100 m | 100 m | 100 m | 100 m | 100 m |
| | 200 m | 200 m | 200 m | 200 m | 200 m | 200 m |
| | 400 m | 400 m | 400 m | 400 m | 400 m | 400 m |
| | 4 x 100 | 4 x 100 | 4 x 100 | 4 x 100 | 4 x 100 | 4 x 100 |
| | 4 x 400 | 4 x 400 | 4 x 400 | 4 x 400 | 100/200/ 300/400 | 100/200/ 300/400 |
| MEDIO FONDO FONDO | 800 m | 800 m | 800 m | 800 m | 800 m | 800 m |
| | 1.500 m | 1.500 m | 1.500 m | 1.500 m | 1.500 m | 1.500 m |
| | 5.000 m | 5.000 m | 5.000 m | 3.000 m | 3.000 m | 3.000 m |
| | 10.000 m | 10.000 m | 10.000 m | 5.000 m | | |
| MARATÓN | Media Maratón | Media Maratón | Media Maratón | Media Maratón | | |
| | Maratón | Maratón | | | | |
| | | | | | | |
| MARCHA | 20 y 50 Km | 20 Km | 10 Km | 10 Km | 10 Km | 5 Km |
| OBSTACULOS | 110 c/v | 100 c/v | 110 c/v | 100 c/v | 110 c/v | 100 c/v |
| | 400 c/v | 400 c/v | 400 c/v | 400 c/v | 400 c/v | 400 c/v |
| | 3.000 c/obst. | 3.000 c/obst. | 3.000 c/obst. | 3.000 c/obst. | 2.000 c/obst. | 2.000 c/obst. |
| SALTOS | Largo | Largo | Largo | Largo | Largo | Largo |
| | Alto | Alto | Alto | Alto | Alto | Alto |
| | Triple | Triple | Triple | Triple | Triple | Triple |
| | Garrocha | Garrocha | Garrocha | Garrocha | Garrocha | Garrocha |
| LANZAMIENTOS | Bala | Bala | Bala | Bala | Bala | Bala |
| | Disco | Disco | Disco | Disco | Disco | Disco |
| | Jabalina | Jabalina | Jabalina | Jabalina | Jabalina | Jabalina |
| | Martillo | Martillo | Martillo | Martillo | Martillo | Martillo |
| COMBINADAS | Decatlón | Heptatlón | Decatlón | Heptatlón | Octatlón | Heptatlón |

| PRUEBAS | CADETES – SUB 15 | | INFANTILES - SUB 13 | |
|--------------|------------------|-----------|---------------------|----------|
| | VARONES | MUJERES | VARONES | MUJERES |
| VELOCIDAD | 80 m | 80 m | 80 m | 80 m |
| | 150 m | 150 m | 150 m | 150 m |
| | | | | |
| | 5 x 80 | 5 x 80 | 5 x 80 | 5x 80 |
| MEDIO FONDO | 1.200 m | 1.200 m | 1.200 m | 1.200 m |
| MARCHA | 3 Km | 3 Km | 2 Km | 2 Km |
| OBSTACULOS | 80 c/v | 80 c/v | 80 c/v | 80 c/v |
| SALTOS | Largo | Largo | Largo | Largo |
| | Alto | Alto | Alto | Alto |
| | Garrocha | Garrocha | Garrocha | Garrocha |
| LANZAMIENTOS | Bala | Bala | Bala | Bala |
| | Disco | Disco | | |
| | Jabalina | Jabalina | Jabalina | Jabalina |
| | Martillo | Martillo | Martillo | |
| COMBINADAS | Exatlón | Pentatlón | Tetratlón | Triatlón |

ESPECIFICACIONES PARA CARRERAS CON VALLAS

| | MAYORES Y SUB 23 | | JUVENILES – SUB 20 | | MENORES – SUB 18 | |
|---------------------|------------------|---------|--------------------|---------|------------------|---------|
| | VARONES | MUJERES | VARONES | MUJERES | VARONES | MUJERES |
| Distancia | 110 m | 100 m | 110 m | 100 m | 110 m | 100 m |
| Altura Vallas | 1,06 m | 0,84 m | 0,99 m | 0,84 m | 0,914 m | 0,76 m |
| Distancia 1ª. Valla | 13,72 m | 13,00 m | 13,72 m | 13,00 m | 13,72 m | 13,00 m |
| Distancia e/vallas | 9,14 m | 8,50 m | 9,14 m | 8,50 m | 9,14 m | 8,50 m |
| Última valla a meta | 14,02 m | 10,50 m | 14,02 m | 10,50 m | 14,02 m | 10,50 m |
| Número de vallas | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 |

ESPECIFICACIONES PARA CARRERAS CON VALLAS

| | MAYORES Y SUB 23 | | JUVENILES – SUB 20 | | MENORES – SUB 18 | |
|---------------------|------------------|---------|--------------------|---------|------------------|---------|
| | VARONES | MUJERES | VARONES | MUJERES | VARONES | MUJERES |
| Distancia | 400 m | 400 m | 400 m | 400 m | 400 m | 400 m |
| Altura Vallas | 0,914 m | 0,762 m | 0,914 m | 0,762 m | 0,84 m | 0,762 m |
| Distancia 1ª. Valla | 45 m | 45 m | 45 m | 45 m | 45 m | 45 m |
| Distancia e/vallas | 35 m | 35 m | 35 m | 35 m | 35 m | 35 m |
| Última valla a meta | 40 m | 40 m | 40 m | 40 m | 40 m | 40 m |
| Número de vallas | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 |

| | CADETES – SUB 15 | | INFANTILES – SUB 13 | | PREINFANTILES – SUB 11 | |
|---------------------|------------------|---------|---------------------|---------|------------------------|---------|
| | VARONES | MUJERES | VARONES | MUJERES | VARONES | MUJERES |
| Distancia | 80 m | 80 m | 80 m | 80 m | 64 m | 64 m |
| Altura Vallas | 0,84 m | 0,762 m | 0,84 m | 0,762 m | 0,762 m | 0,60 m |
| Distancia 1ª. Valla | 12,00 m | 12,00 m | 11,50 m | 11,50 m | 11,00 m | 11,00 m |
| Distancia e/vallas | 8,00 m | 8,00 m | 8,00 m | 7,50 m | 7,50 m | 7,00 m |
| Última valla a meta | 12,00 m | 12,00 m | 12,50 m | 16,00 m | 15,50 m | 18,00 m |
| Número de vallas | 8 | 8 | 8 | 8 | 6 | 6 |

CARRERAS CON OBSTÁCULOS

| | MAYORES Y SUB 23 | | JUVENILES SUB 20 | | MENORES SUB 18 | |
|---------------------|------------------|---------|------------------|---------|----------------|---------|
| | Varones | Mujeres | Varones | Mujeres | Varones | Mujeres |
| Distancia | 3.000 m | 3.000 m | 3.000 m | 3.000 m | 2.000 m | 2.000 m |
| Altura Obstáculos | 0,914 m | 0,76 m | 0,914 m | 0,76 m | 0,914 mts | 0,76 |
| Cantidad Obstáculos | 35 | 35 | 35 | 35 | 23 | 23 |

PRUEBAS COMBINADAS – ORDEN DE PRUEBAS

| MAYORES Y SUB 23 | | JUVENILES SUB 20 | | MENORES SUB 18 | | CADETES SUB 15 | | INFANTILES SUB 13 | | PREINFANTILES SUB 11 | |
|------------------|----------|------------------|----------|----------------|----------|----------------|--------|-------------------|-------|----------------------|---------|
| VAR | MUJ | VAR | MUJ | VAR | MUJ | VAR | MUJ | VAR | MUJ | VAR | MUJ |
| DECA | HEPTA | DECA | HEPTA | OCTA | HEPTA | EXA | PENTA | TETRA | TRIA | TRIA | TRIA |
| 1er. DIA | | | | | | | | | | | |
| 100 m | 100 c/v | 100 m | 100 c/v | 100 m | 100c/v | 80 c/v | 80 c/v | 80 m | 80 m | 60 m | 60 m |
| Largo | Alto | Largo | Alto | Largo | Alto | Alto | Alto | Largo | Largo | Largo | Largo |
| Bala | Bala | Bala | Bala | Bala | Bala | Bala | | | Bala | Pelota | Pelota |
| Alto | 200 m | Alto | 200 m | 400 m | 200 m | | | | | Béisbol | Béisbol |
| 400 m | | 400 m | | | | | | | | | |
| 2do. DIA | | | | | | | | | | | |
| 110 c/v | Largo | 110 c/v | Largo | 110 c/v | Largo | Largo | Bala | Bala | | | |
| Disco | Jabalina | Disco | Jabalina | Alto | Jabalina | Jabalina | Largo | Alto | | | |
| Garroc. | 800 m | Garroc. | 800 m | Jabalina | 800 m | 800 m. | 600 M. | | | | |
| Jabalina | | Jabalina | | 1000 m | | | | | | | |
| 1.500 m | | 1.500 m | | | | | | | | | |

TABLAS DE PUNTAJE: Oficiales de la IAAF – 1998 – en todo a excepción de:

- Menores: 1.000 m llanos – Tabla IAAF de Sala
- Infantiles y Pre Infantiles: Tablas CADA.

ESPECIFICACIONES DE LOS IMPLEMENTOS DE LANZAMIENTOS (=)

| VARONES | | | | | |
|----------|--|--|--|--------------------------------|--------------------------------|
| | MAYORES Y SUB 23 | JUVENILES | MENORES | CADETES | INFANTILES |
| BALA | 7,260 Kg. | 6,000 Kg. | 5,000 Kg. | 4,000 Kg. | 4,000 Kg. |
| DISCO | 2,000 Kg. | 1,750 Kg. | 1,500 Kg. | 1,000 Kg. | |
| JABALINA | 0,800 Kg. | 0,800 Kg. | 0,700 Kg. | 0,600 Kg. | 0,400 Kg. |
| MARTILLO | 7,260 Kg. Long. 1,215 Diam 110 / 130 | 6,000 Kg. Long. 1,215 Diam 110 / 125 | 5,000 Kg. Long. 1,200 Diam 105 / 120 | 4,000 Kg. Long. 1,195 | 3,000 Kg. Long. 1,140/1,160 |
| MUJERES | | | | | |
| BALA | 4,000 Kg. | 4,000 Kg. | 3,000 Kg. | 3,000 Kg. | 3,000 Kg. |
| DISCO | 1,000 Kg. | 1,000 Kg. | 1,000 Kg. | 1,000 Kg. | |
| JABALINA | 0,600 Kg. | 0,600 Kg. | 0,500 Kg. | 0,500 Kg. | 0,400 Kg. |
| MARTILLO | 4,000 Kg. Long. 1,195 Diam 100 / 110 | 4,000 Kg. Long. 1,195 Diam 100/ 110 | 3,000 Kg. Long. 1,195 Diam.95/100 | 3,000 Kg. Long. 1,114/1,116 | |

CROSS COUNTRY

Se disputaran en circuitos de extensión no inferior a los 800 m, y siempre dentro de las distancias establecidas para cada categoría. El total del recorrido a cumplir deberá estar en relación inversa con el grado de dificultad del circuito. Se tomaran en cuenta para determinar la dificultad, los obstáculos naturales o artificiales de más de 40 cm de altura y las pendientes ascendentes de más de 15° de inclinación.

Durante el desarrollo del CAMPEONATO NACIONAL se incluirán las categorías Mayores, Sub 23, Juveniles, Menores y Cadetes.

En la categoría Infantiles no se disputara competencia a nivel nacional de esta especialidad.

La cantidad de inscriptos será de hasta 6 (seis) por prueba y se tomará para la clasificación los 4 (cuatro) mejores de cada Federación.

| VARONES | | | |
|------------------|-----------|---------|---------|
| MAYORES Y SUB 23 | JUVENILES | MENORES | CADETES |
| 12 Km | 8 Km | 4 Km | 2 Km |
| MUJERES | | | |
| MAYORES Y SUB 23 | JUVENILES | MENORES | CADETES |
| 8 Km | 6 Km | 3 Km | 2 Km |

CARRERAS DE MONTAÑA

Las Carreras de Montaña tendrán lugar en campo a través, principalmente sin carretera, e involucrando una cantidad considerable de ascensos (para las carreras prioritariamente cuesta arriba) o subidas / bajadas (para las carreras "con salida y llegada al mismo nivel").

Las distancias aproximadas recomendadas la cantidad total de desnivel para carreras internacionales son:

| | Principalmente Cuesta Arriba | | Salida/Llegada al mismo nivel | |
|-------------------|------------------------------|----------|-------------------------------|----------|
| | Distancia | Desnivel | Distancia | Desnivel |
| Hombres Mayores | 12 Km | 1.200 m | 12 Km | 750 m |
| Mujeres Mayores | 8 Km | 800 m | 8 Km | 500 m |
| Hombres Juveniles | 8 Km | 800 m | 8 Km | 500 m |
| Mujeres Juveniles | 4 Km | 400 m | 4 Km | 250 m |

No más del 20% de la distancia podrá ser en carretera de alquitrán. Los recorridos podrán ser de un diseño de una vuelta.

MARCHA ATLÉTICA

Se realizará un Campeonato Nacional de la especialidad.

| VARONES | | | | | | |
|---------|---------------|----------|-----------|----------|---------|------------|
| | MAYORES | SUB 23 | JUVENILES | MENORES | CADETES | INFANTILES |
| Pista | 20.000 m | 20.000 m | 10.000 m | 10.000 m | 3.000 m | 2.000 m |
| Calle | 20 Km / 50 Km | 20 Km | | | | |
| MUJERES | | | | | | |
| Pista | 20.000 m | 20.000 m | 10.000 m | 5.000 m | 3.000 m | 2.000 m |
| Calle | 20 Km | 20 Km | | | | |

Se llevara **Registro de Récords** sobre las distancias cuando se realicen totalmente en pista, en los demás casos se llevara registro de **Mejor Marca** y se confeccionara el **Ranking Anual**.

LOS CAMPEONATO NACIONALES

Serán los siguientes:

| | Mayores y Sub 23 | Juveniles | Menores | Cadetes |
|--------------------|------------------|-----------|---------|---------|
| Pista y Campo | ▼ | ▼ | ▼ | ▼ |
| Maratón | ▼ | | | |
| Media Maratón | ▼ | ▼ | | |
| Cross Country | ▼ | ▼ | ▼ | ▼ |
| Carrera de Montaña | ▼ | ▼ | | |
| Marcha | ▼ | ▼ | ▼ | ▼ |

LAS COPAS NACIONALES DE CLUBES

Serán las siguientes:

| | Mayores y Sub 23 | Juveniles | Menores | Cadetes |
|---------------|------------------|-----------|---------|---------|
| Pista y Campo | ▼ | ▼ | ▼ | ▼ |

PUNTAJE CAMPEONATOS NACIONALES

Para los Campeonatos Nacionales la puntuación que se utiliza para determinar el potencial atlético al sólo efecto de otorgar la capacidad de voto de las afiliadas es:

13 – 8 – 5 – 3 – 2 – 1

Siendo en postas y pruebas combinadas el doble:

26 – 16 – 10 – 6 – 4 – 2

PUNTAJE COPAS NACIONALES DE CLUBES

En estos certámenes, si existiera una competencia por equipos, se utilizará para la clasificación de varones, mujeres y conjunto el siguiente puntaje:

9 – 7 – 6 – 5 – 4 – 3 – 2 – 1

las postas no otorgarán puntaje doble.

Si un atleta supera el Record Argentino de la categoría en que milita, el puntaje que le haya correspondido será incrementado en **6 puntos**; en el caso que iguale el Record Argentino su puntaje se incrementará en **3 puntos**.

Se recuerda que se competirá con el programa completo de pista y campo de los campeonatos nacionales, no incluyendo las pruebas combinadas