



NORMATIVA ATLETISMO

FEXDDI





CATEGORÍAS

- COMPETICIÓN MASCULINO (+21 y -21)
- COMPETICIÓN FEMENINO (+21 y -21)
- ADAPTADA MASCULINO (+21, -21, +50)
- ADAPTADA FEMENINO (+21, -21, +50)

NORMAS DE PARTICIPACIÓN

- Para poder disputarse una prueba y clasificarse para la convivencia final JEDES, debe haber un mínimo de 3 deportistas de 2 clubes diferentes, en categoría adaptada.
- Habrá un máximo de 5 atletas de un mismo club por prueba
- Un atleta podrá competir en un máximo 2 pruebas más los relevos.
- Los atletas deberán estar en cámara de llamada al menos 15 minutos antes de su prueba y/o atentos a la megafonía de la organización.
- Se dará 3 llamamientos a cámara de llamada, una vez dado los diferentes avisos, la cámara de llamada quedará cerrada.
- El atleta deberá competir con ropa adecuada que permitan la correcta visibilidad del dorsal.
- No se permitirá el acceso a pista a ningún entrenador a excepción de aquellos deportistas que necesiten una ayuda específica por un motivo justificado, y el entrenador deba acompañarlo para realizar su prueba, debiendo ser comunicado previamente a la organización.
- En caso de ser necesaria la realización de señales visuales para la salida (banderín rojo) el club debe indicar en la reunión de delegados si el atleta necesita esa señal visual o alguna otra atención específica.
- Cuando uno o más deportistas, de categoría -21, no puedan disputar una prueba por falta de quórum, estos serán inscritos en la misma prueba en categoría +21, debiendo acreditar marca mínima establecida para poder clasificar y poder optar a medalla.
- Un deportista que no se presente a una prueba en la que estaba inscrito en un campeonato sin haber justificado su ausencia, la organización podrá optar por la no participación en ninguna otra prueba durante la celebración de ese campeonato.
- Por el bien de la competición y por el respeto a los deportistas, es obligatorio inscribir a cada deportista en el nivel que le corresponda, en caso de no cumplir con las máximas y las mínimas, el deportista no podrá optar a medalla o la participación en las finales de la convivencia final JEDES.
- Se confía en la ética de los entrenadores a la hora de dar las indicaciones pertinentes a sus deportistas para que compitan al máximo nivel de sus posibilidades. En caso de observar infracción en este sentido se podrá sancionar al entrenador con la no participación en próximos campeonatos.

COMPETICIÓN (+21, -21)

- En las pruebas en las que se disputen varias series, las finales se formarán con los mejores tiempos totales.
- En las pruebas en las que no haya al menos 3 deportistas de 2 clubes diferentes, la prueba se realizará para obtener marcas que les permita participar en Campeonatos de España, pero no serán clasificables para la convivencia final de JEDES.
- En las pruebas en las que no haya suficientes atletas para disputar más de una serie, se realizarán finales directas.
- Una salida nula supondrá una advertencia al atleta que la cometa, siendo descalificado si cometiera una segunda salida nula.
- Los relevos de 4x100 de competición +21, pueden estar compuestos por cuatro atletas +21 o por tres atletas +21 y uno -21.

COMPETICIÓN +21

PRUEBA	MASCULINO	FEMENINO
PESO	7,2Kg	4Kg
DISCO	2Kg	1Kg
JABALINA	800g	600g

COMPETICIÓN -21

PRUEBA	MASCULINO	FEMENINO
PESO	4Kg	3Kg
DISCO	2Kg	1Kg
JABALINA	800g	600g

SALTO DE LONGITUD: Se colocará una cinta (a modo de tabla de salto) a 2 metros del borde del foso en categoría masculina y a 1 metro en categoría femenina.

CONCURSOS: En las pruebas de concurso, los atletas tendrán dos intentos cada uno. En caso de haber más de 8 participantes, las 8 mejores marcas pasarán a la mejora y dispondrán de tres intentos más.

100M, 200M y 400M: Será obligatorio la salida de tacos. Los atletas deberán realizar toda la prueba por su calle, sin poder abandonarla.

800M: Los atletas comenzarán la carrera por su calle hasta el final de la primera curva, donde podrán coger calle libre.

1500M: Calle libre

RELEVOS: Los atletas no podrán abandonar su calle, pasando el testigo en la zona de relevo.

MÍNIMAS:

- **COMPETICIÓN +21 y -21**

PRUEBA	MASCULINO	FEMENINO
100 METROS	00'17"00	00'23"00
200 METROS	00'33"00	00'45"50
400 METROS	01'20"00	01'40"00
800 METROS	ABIERTO	ABIERTO
1500 METROS	ABIERTO	ABIERTO
4 X 100	ABIERTO	ABIERTO
SALTO DE LONGITUD	3,00 METROS	2,00 METROS
LANZAMIENTO DE PESO	5,00 METROS	4,00 METROS
LANZAMIENTO DE DISCO	ABIERTO	ABIERTO
LANZAMIENTO DE JABALINA	ABIERTO	ABIERTO
SALTO DE ALTURA	1,20 METROS	1,05 METROS

RESUMEN

PRUEBA		MOTIVO DE DESCALIFICACION
100 m., 200 m. y 400 m. 800 y 1.500 m.	Salida con tacos	-No utilizar los tacos. -Salir de pie
	Durante la carrera	- Cambiarse de calle
	Durante la carrera	- Cambiarse de calle antes de la calle libre
Relevos	Salida con tacos	-No utilizar los tacos. -Salir de pie
	Durante la carrera	- Cambiarse de calle - Entrega del testigo fuera de la zona destinada a ello
PRUEBA		MOTIVO DE LANZAMIENTO NULO
Longitud	Salto	-Pisar la tabla -Salir por detrás después del salto
Peso	Lanzamiento	-La bola no se lanza desde el cuello -Lanzar con dos manos -Salirse del círculo antes de que se produzca la caída del peso -Una vez lanzada la bola, salir hacia delante -Caer el peso fuera del sector
Disco	Lanzamiento	-El disco no se lanza desde la espalda -Lanzar con dos manos -Salirse del círculo antes de que se produzca la caída del disco -Una vez lanzada la bola, salir hacia delante -Caer el disco fuera del sector
Jabalina	Lanzamiento	Tocar con cualquier parte del cuerpo la línea del arco o fuera de ella Salir por la parte de delante del arco o las líneas de prolongación Salir antes de que se produzca la caída de la jabalina Caer la jabalina fuera del sector Caer la jabalina incorrectamente, sin tocar el suelo primero la mitad delantera de la jabalina



ADAPTADA (+21, -21, +50)

- En las pruebas en las que se disputen varias series, las finales se formarán con los mejores tiempos totales.
- Para poder disputarse una prueba y clasificarse para la convivencia final JEDES, debe haber un mínimo de 3 deportistas de 2 clubes diferentes, en categoría adaptada.
- Los atletas que obtengan una mejor marca que las reflejadas en el apartado de máximas de cada prueba, serán descalificados y no podrán clasificarse para la convivencia final de los JEDES.
- Los atletas que obtengan una mejor marca que las reflejadas en el apartado de máximas de cada prueba, deberán ascender a la categoría de competición la temporada siguiente, debiendo mantenerse en dicha categoría salvo que no quede entre las cinco mejores marcas en la próxima temporada.

100M y 200M: Los atletas deberán correr por su calle. Puede existir invasión de calle contraria, siempre y cuando no se moleste al atleta de dicha calle. Salida sin tacos.

400M: Se realizará por calle libre. Salida sin tacos.

LANZAMIENTO DE PESO: Masculino 4Kg, Femenino 3Kg.

SALTO DE LONGITUD: Se colocará una línea en el suelo al borde del foso, el deportista deberá saltar antes de llegar a esa línea, sin pisarla.

CONCURSOS: Los atletas dispondrán de dos intentos, sin mejora.

MÁXIMAS:

- **ADAPTADA +21 y -21**

PRUEBA	MASCULINO	FEMENINO
100 METROS	00'17"00	00'23"00
200 METROS	00'33"00	00'45"50
400 METROS	01'20"00	01'40"00
4 X 100	ABIERTO	ABIERTO
SALTO DE LONGITUD	3,00 METROS	2,00 METROS
LANZAMIENTO DE PESO	8 METROS	7 METROS



MÁXIMAS:

- **ADAPTADA +50**

PRUEBA	MASCULINO	FEMENINO
80 METROS	ABIERTO	ABIERTO
200 METROS	ABIERTO	ABIERTO
4 X 80	ABIERTO	ABIERTO
SALTO DE LONGITUD	ABIERTO	ABIERTO
LANZAMIENTO DE PESO	ABIERTO	ABIERTO

