

Normas Generales de competición e inscripción a Campeonatos de España 2026

PRUEBAS AUTORIZADAS PISTA - HOMBRES

Modalidad	Sénior (2003 a Master)	Sub-23 (04-05-06)	Sub-20 (07 y 08)	Sub-18 (09 y 10)	Sub-16 (11 y 12)	Sub-14 (13 y 14)	Sub-12 (15 y 16)	Sub-10 Sub-8 (17 y posterior)
Carreras	100 m	100 m	100 m	100 m	100 m	80 m	60 m	50 m
	200 m	200 m	200 m	200 m	-----	150 m	-----	-----
	400 m	400 m	400 m	400 m	300 m	-----	-----	-----
	800 m	800 m	800 m	800 m	600 m	500 m	500 m	500 m
	1.500 m	1.500 m	1.500 m	1.500 m	1.000 m	1.000 m	1.000 m	1.000 m
	5.000 m	5.000 m	5.000 m	3.000 m	3.000 m	3.000 m	2.000 m	2.000 m
	10.000 m	10.000 m	10.000 m	5.000 m	-----	-----	-----	-----
Ruta	Medio Maratón	Medio Maratón	Medio Maratón	10 km	-----	-----	-----	-----
	Maratón	Maratón						
	100 km	100 km						
Trail Running	Sin límite de distancia	Sin límite de distancia	Hasta 34 km	Hasta 5 km	Hasta 5 km	-----	-----	-----
Vallas	110 m vallas (1,067)	110 m vallas (1,067)	110 m vallas (0,99)	110 m vallas (0,914)	100 m vallas (0,914)	80 m vallas (0,84)	-----	-----
	400 m vallas (0,914)	400 m vallas (0,914)	400 m vallas (0,914)	400 m vallas (0,84)	300 m vallas (0,84)	220 m vallas (0,76)	-----	-----
	3.000 m obs. (0,914)	3.000 m obs. (0,914)	3.000 m obs (0,914)	2.000 m obs (0,838)	1.500 m obs (0,762)	1.000 m obs (0,762)	-----	-----
Saltos	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura
	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	-----
	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud
	Triple	Triple	Triple	Triple	Triple	Triple *	-----	-----
Lanzamientos	Peso 7,260	Peso 7,260	Peso 6kg	Peso 5kg	Peso 4kg	Peso 3kg	Peso 2kg	Peso 2kg
	Disco 2kg	Disco 2kg	Disco 1,750kg	Disco 1,5kg	Disco 1kg	Disco 800gr	Disco 600gr	Disco 600gr
	Jabalina 800gr	Jabalina 800gr	Jabalina 800gr	Jabalina 700gr	Jabalina 600gr	Jabalina 500gr	Jabalina 400gr <u>Pelota 300gr</u>	Pelota 200gr
	Martillo 7,26kg	Martillo 7,26kg	Martillo 6kg	Martillo 5kg	Martillo 4kg	Martillo 3kg	Martillo 2kg	Martillo 2kg
Relevos	4 x 100 m	4 x 100 m	4 x 100 m	4 x 100 m	4 x 100 m	4 x 80 m	4 x 60 m	4 x 50 m
	4 x 400 m	4 x 400 m	4 x 400 m	4 x 400 m	4 x 300 m			
Marcha	Medio Maratón	Medio Maratón	10 km	5 km	5 km	2 km-3 km	2 km	1 km
	Maratón	Maratón	Medio Maratón	10 km	10 km	5 km	3 km	2 km
Combinadas	Decatlón	Decatlón	Decatlón	Decatlón	Octatlón	Exatlón	Triatlón	Triatlón
	100 m	100 m	100 m	100 m	100 m	80 m	60 m	50 m
	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Peso(4kg)	Longitud	Longitud	Longitud
	Peso	Peso	Peso (6kg)	Peso (5kg)	Altura	Peso	Peso	Peso
	Altura	Altura	Altura	Altura	Disco(1kg)			
	400 m	400 m	400 m	400 m				
	110 m vallas (1,067)	110 m vallas (1,067)	110 m vallas (0,99)	110 m vallas (0,914)	100 m vallas (0,914)	80 m vallas (0,84)		
	Disco	Disco	Disco	Disco	Pértiga	Altura		
	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Jabalina	Jabalina		
	Jabalina	Jabalina	Jabalina	Jabalina	1000 m			
	1.500 m	1.500 m	1.500 m	1.500 m				

Normas Generales de competición e inscripción a Campeonatos de España 2026

PRUEBAS AUTORIZADAS SHORT TRACK – HOMBRES

Categoría	Sénior (2003 a Master)	Sub-23 (04-05-06)	Sub-20 (07 y 08)	Sub-18 (09 y 10)	Sub-16 (11 y 12)	Sub-14 (13 y 14)	Sub-12 (15 y 16)	Sub-10 Sub-8 (17 y posterior)
Carreras	60 m	60 m	60 m	60 m	60 m	60 m	60 m	50 m
	200 m	200 m	200 m	200 m	-----	-----	-----	-----
	400 m	400 m	400 m	400 m	300 m	-----	-----	-----
	800 m	800 m	800 m	800 m	600 m	500 m	500 m	500 m
	1.500 m	1.500 m	1.500 m	1.500 m	1.000 m	1.000 m	1.000 m	1.000 m
	3.000 m	3.000 m	3.000 m	3.000 m	3.000 m	2.000 m	-----	-----
Vallas	60 m vallas (1,067)	60 m vallas (1,067)	60 m vallas (0,99)	60 m vallas (0,914)	60 m vallas (0,914)	60 m vallas (0,84)	-----	-----
Saltos	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura
	Longitud	Longitud	Longitud	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	-----
	Triple	Triple	Triple	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud
	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Triple	Triple	Triple*	-----	-----
Lanzamientos	Peso 7,26 kg	Peso 7,26 kg	Peso 6 kg	Peso 5 kg	Peso 4 kg	Peso 3 kg	Peso 2 kg	Peso 2 kg
Pruebas Combinadas	Heptatlón	Heptatlón	Heptatlón	Heptatlón	Exatlón	Pentatlón	Triatlón	Triatlón
	60 m	60 m	60 m	60 m	60 m	60 m	60 m	50 m
	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud	Longitud
	Peso	Peso	Peso	Peso	Peso	Peso	Peso	Peso
	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura		
	60 m vallas (1,067)	60 m vallas (1,067)	60 m vallas (1,00)	60 m vallas (0,914)	60 m vallas (0,914)	60 m vallas (0,84)		
	Pértiga	Pértiga	Pértiga	Pértiga	1000 m			
	1000 m	1000 m	1000 m	1000 m				

Normas Reguladoras de Campeonatos 2026