



**FEDERACIÓN DE ATLETISMO DE  
LA REGIÓN DE MURCIA**

(ENTIDAD DE UTILIDAD PÚBLICA)

**COMPETICIÓN:** 1ª JORNADA TORNEO TRIATLONES MENORES DE VERANO (SUB10-SUB12)  
**LUGAR:** ALHAMA DE MURCIA  
**FECHA:** 5 DE ABRIL DE 2025  
**CONTROL:** COMITÉ TERRITORIAL DE JUECES DE LA FAMU  
**ORGANIZADOR:** C.A ALHAMA  
**JUEZ ARBITRO:** OLGA PÉREZ  
**DELEGADO FED:** MODESTO ÚNICA GARRIDO

**HORARIO DEFINITIVO**

9:45	2 KM. MARCHA SUB 12 HOMBRES Y MUJERES	
9:45	TRIPLE SALTO SUB 12 HOMBRES Y MUJERES	FOSO EXTERIOR
9:45	VORTEX SUB 12 MUJERES TRIATLON A (GRUPO A)	
9:45	SALTO CON PÉRTIGA SUB 12 HOMBRES Y MUJERES	FOSO INTERIOR
9:45	ALTURA SUB 12 HOMBRES TRIATLON A	
10:10	1 KM. MARCHA SUB 10 HOMBRES Y MUJERES	
10:30	VORTEX SUB 12 MUJERES TRIATLON A (GRUPO B)	
10:35	LANZAMIENTO DE MARTILLO SUB 10 Y SUB 12 HOMBRES Y MUJERES	
10:35	SALTO DE LONGITUD SUB 12 HOMBRES TRIATLON B	FOSO EXTERIOR
10:35	LANZAMIENTO DE PESO SUB 12 MUJERES TRIATLON B	
10:35	SALTO DE ALTURA SUB 10 HOMBRES Y MUJERES	
10:40	60 M.V. SUB 12 HOMBRES	
11:00	60 M.V. SUB 12 MUJERES	
11:20	50 M.V. SUB 10 MUJERES TRIATLON B	
11:25	VORTEX SUB 10 HOMBRES TRIATLON A	
11:30	50 M.V. SUB 10 HOMBRES TRIATLON B	
11:35	LANZAMIENTO DE PESO SUB 12 HOMBRES TRIATLON B	
11:35	SALTO DE LONGITUD SUB 12 MUJERES TRIATLON B	FOSO INTERIOR
11:40	SALTO DE LONGITUD SUB 10 MUJERES TRIATLON B	FOSO EXTERIOR
11:45	VORTEX SUB 10 MUJERES TRIATLON A	
11:50	ALTURA SUB 12 MUJERES TRIATLON A	
12:05	60 M.L. SUB 12 HOMBRES TRIATLON A	
12:20	50 M.L. SUB 10 HOMBRES TRIATLON A	
12:25	LANZAMIENTO DE DISCO SUB 10 Y SUB 12 HOMBRES Y MUJERES	
12:25	LANZAMIENTO DE PESO SUB 10 MUJERES TRIATLON B	
12:25	SALTO DE LONGITUD SUB 10 HOMBRES TRIATLON B	FOSO EXTERIOR
12:35	50 M.L. SUB 10 MUJERES TRIATLON A	
12:55	1000 M.L. SUB 10 HOMBRES Y MUJERES	
13:05	1000 M.L. SUB 12 HOMBRES TRIATLON B	
13:05	VORTEX SUB 12 HOMBRES TRIATLON A	
13:10	LANZAMIENTO DE PESO SUB 10 HOMBRES TRIATLON B	
13:10	TRIPLE SALTO SUB 10 HOMBRES Y MUJERES	FOSO EXTERIOR
13:15	1000 M.L. SUB 12 MUJERES TRIATLON B	
13:30	500 M.L. SUB 10 HOMBRES TRIATLON A	
13:40	500 M.L. SUB 10 MUJERES TRIATLON A	
13:45	500 M.L. SUB 12 HOMBRES	
13:50	500 M.L. SUB 12 MUJERES	
13:55	60 M.L. SUB 12 MUJERES TRIATLON A	

## **NORMAS TÉCNICAS:**

El horario podrá ser modificado una vez en la competición, para el mejor desarrollo de esta.

Tabla de longitud 1m para sub-10 y sub-12

Triple sub-10: 3m y 4m

Triple sub-12: 5m y 6m

El delegado federativo lo podría modificar si hay acuerdo entre los participantes para ello.

## **Reglamento Menores Verano**

### **Categorías sub-10 y sub-12**

Se establecen 2 jornadas clasificatorias y la final en cada categoría

En las dos jornadas de celebrará un torneo de triatlones del cual se celebrará la premiación en la final

Además del torneo de triatlones, se disputarán pruebas individuales o fuera de triatlones

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 3 pruebas individuales

Un atleta puede hacer en una jornada 1 triatlón y 1 prueba individual y en otra jornada 3 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, aunque se disputara en la temporada de invierno

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

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

Se programarán todas las pruebas las 2 jornadas

### **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

Los triatlones por categoría son:

<b>SUB-10</b>	
<b>TRIATLON A</b>	<b>TRIATLON B</b>

50 ML	50 MV
500 ML	LONGITUD
VORTEX	PESO

SUB-12	
TRIATLON A	TRIATLON B
60 ML	1000 ML
VORTEX	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 2 kg

#### **Vortex**

Sub-10: Limite de carrera 10 metros

#### **Longitud**

Sub-10: Limite de carrera 15 metros

Sub-12: Limite de carrera 20 metros

#### **Altura**

En categoría sub-12 será salto a Flop en colchoneta alta con límite de carrera 8 metros

#### **Cadencias**

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

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

#### **Distancias y alturas de vallas sub-10**

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

### **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 cm 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

Disco: Disco 600 g de caucho

Martillo: Martillo de iniciación de 1.5 kg

## **Sub-12**

## Triple

Límite de 8 metros de carrera de aproximación

## 2000 marcha

## 500 ml

## Pértiga

Longitud con pértiga como hasta ahora

Disco: Disco de 600 g reglamentario

Martillo: Martillo de 2kg reglamentario

Distancia y altura 60 mv sub-12

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

## **DORSALES:**

Los atletas FAMU deberán estar inscritos con su DORSAL ÚNICO y llevarlo a la competición, en caso de no ser así se procederá a la sanción estipulada en el libro de reglamentación FAMU, apartado DORSAL ÚNICO, de 3 euros por dorsal no inscrito correctamente.

Para atletas de fuera se le asignará un dorsal y será recogido la secretaria de competición, si el atleta ya tiene dorsal de otra competición de la federación deberá usar ese dorsal.

## **PROCEDIMIENTO DE INSCRIPCIÓN:**

La inscripción la deberán hacer los clubes a través de la Intranet de la RFEA ([SDP.RFEA.ES](http://SDP.RFEA.ES)) hasta el **MARTES ANTERIOR A LA COMPETICIÓN a las 22:00 horas**. Pasado este plazo la aplicación se cerrará y no admitirá ninguna inscripción.

Atletas Independientes o de un club de fuera de la Región, podrán hacer la inscripción enviando un correo electrónico a [competiciones@famu.es](mailto:competiciones@famu.es) con sus datos (nombre, apellidos, nº licencia, prueba, fecha nacimiento, club, marca, fecha y lugar) hasta el **MARTES ANTERIOR A LA COMPETICIÓN a las 22:00 horas**. Pasado este plazo no se admitirá ninguna inscripción.

El JUEVES anterior a la competición se publicará en la web de la FAMU ([www.famu.es](http://www.famu.es)) el listado de los atletas inscritos y admitidos, así como el horario definitivo para la competición. No se permitirá la participación de atletas en competiciones, que no hayan realizado la inscripción en tiempo y forma.

#### **CANON DE PARTICIPACION DE ATLETAS EN LA COMPETICION:**

- Atletas de la FAMU Sub8 a Sub14: 4€ tres pruebas, a partir de la tercera prueba se sumará 1 euro por prueba (ej: 4 pruebas 5€, pruebas 6€, etc..)\*(Un triatlón cuenta como 3 pruebas)

#### **SANCIONES:**

Atletas inscritos que no se presenten en la competición, se realizará un recargo de 3€ para categoría SUB-16 hasta MASTER, excepto aquellos que lo justifiquen el día antes del desarrollo de la misma previo aviso por correo electrónico a [competiciones@famu.es](mailto:competiciones@famu.es)

#### **PAGO DE CUOTAS:**

**El pago de los atletas de la FAMU lo deben de hacer sus Clubes** a la presentación de las facturas por la FAMU, teniendo en cuenta que el que no haya pagado no podrá participar en las próximas competiciones.

**Para los atletas de fuera y los independientes**, el pago lo harán directamente a la FAMU y antes de la competición, debiendo enviar el justificante de la transferencia, por correo electrónico junto con la inscripción.

**Datos bancarios: ES36 3058 0422 2427 2000 5352**

#### **RESPONSABILIDAD IMAGENES:**

“La difusión de imágenes de los atletas menores de edad está protegida, y su uso cualquiera que sea su finalidad debe en todo caso ser autorizada expresamente por la FAMU o cualquier titular de ésta. Su uso o publicación no autorizada ya sea en RRSS o en cualquier otro tipo de medio se encuentra EXPRESAMENTE PROHIBIDA, siendo responsable el autor de cualquier infracción que dicho uso pudiera conllevar”