

CIRCULAR N ° 29 /2022

18/02/2022

JUDEX 2022

REGLAMENTO JUDEX PRUEBAS DE
PISTA SUB-16 Y SUB-18

- Al Director de Promoción Deportiva.
- A los Presidentes de los Comités Zonales.
- A todas las Entidades inscritas.

Artículo 1. Fechas y sedes. Se disputarán tres jornadas y el campeonato autonómico en diferentes sedes de nuestra comunidad:

- | | |
|--|------------|
| - 19 de marzo de 2022-IPrueba | Don Benito |
| - 9 de abril de 2022 -II Prueba | Cáceres |
| - 30 de abril de 2022-IIIPrueba | Badajoz |
| - 14 de mayo–Campeonato de Extremadura | Cáceres |

Artículo 2. Entidades participantes. Tomarán parte todas las Entidades JUDEX dadas de alta para la temporada 2021/2022

Artículo 3. Atletas participantes. Podrán participar todos los atletas con licencia JUDEX para la temporada 2021/2022 de la categoría Sub16 y Sub 18.

Artículo 4. Pruebas autorizadas. Cada atleta podrá tomar parte como máximo en dos pruebas. En caso de inscripción en dos carreras, ningún atleta Sub 16 o Sub 18 podrá realizar más de una superior a 200 metros en cada jornada. Las pruebas autorizadas por categorías aparecen en la siguiente tabla:

Categoría	Lisos	Vallas	Saltos	Lanzamientos
SUB16	100 m.l. 300 m.l. 600 m.l. 1.000 m.l. 3.000 m.l. 3/5 km marcha	100 m.v. 300 m.v. 1.500 m.o.	S. Altura S. Pértiga S. Longitud Triple Salto	L. Peso (3/4 kg) L. Disco (800 gr /1 kg) L. Jabalina (500/600 gr) L. Martillo (3/4 kg)
SUB18	100 m.l. 200 m.l. 400 m.l. 800 m.l. 1.500 m.l. 3.000 m.l. 5.000 m.l. 5 km marcha	100/110 m.v. 400 m.v. 2.000 m.o.	S. Altura S. Pértiga S. Longitud Triple Salto	L. Peso (3/5 kg) L. Disco (1/1,5 kg) L. Jabalina (500/700 gr) L. Martillo (3/5 kg)

Artículo 5. Pruebas por jornadas. Se desarrollará la normativa en las circulares de cada jornada.

Jornada I	Jornada II	Jornada III
60 m.l sub-16/sub-18 100 m.l. sub-16/sub18 400 m.l. 1.000 m.l. 800 m.l. 5.000 m.l. 3 km/5 km marcha	200 m.l 300 m.l 600 m.l 3.000 m.l.Sub16/sub18 1.500 m.l 3 km/5 km marcha	100 m.l.Sub-16/Sub-18 400 m.l. 300 m.l. 1.000 m.l. 800 m.l. 3.000 m.l. Sub-16/sub-18 4 x 100 mixto
100/110 m.v. 300 m.v. 400 m.v.	1.500m.obst. 2.000m.obst.	100/110 m.v. 300 m.v. 400 m.v. 1.500 m.obst. 2.000 m.obst.
S. Altura S. Longitud	Triple Salto S. Pértiga	S. Altura S. Longitud
L. Jabalina L. Peso	L. Disco L. Martillo	L. Jabalina L. Peso

Artículo 6. Normas técnicas.

- En las pruebas que se realizan por calle individual y/o se tenga que realizar más de una serie, la composición de las series se efectuará por marcas acreditadas de 2021 y 2022.

- Las tablas de triple salto estarán colocadas a las siguientes distancias (se intentará en la medida de lo posible realizar la prueba masculina en horario distinto a la prueba femenina):
 - Triple salto femenino: 7 y 9 metros.
 - Triple salto masculino: 9 y 11 metros.
 - Si el número de participantes es reducido, se agruparán los atletas en un mismo foso de saltos colocándose las tablas a 8 y 11 metros.

- La altura y cadencia de los listones en saltos verticales será la siguiente:
 - S. Altura Femenina: 1.00, 1.10, 1.20, 1.30 y después de 5 en 5 cm.
 - S. Altura Masculina: 1.35, 1.40, 1.45, 1.50, 1.55, 1.60, 1.65, 1.70 m. y después de 3 en 3 cm.
 - S. Pértiga Femenina: 1.80 m. y de 10 en 10 cm.
 - S. Pértiga Masculina: 2.00, 2.10, 2.20, 2.30, 2.40, 2.50, 2.60 m. y después de 5 en 5 cm.

- En los concursos, los atletas realizarán 3 intentos más uno de mejora para los 8 mejores.

- En las pruebas de lanzamientos se utilizarán los artefactos reglamentarios.

- En la prueba del relevo 4 x 100, tendrá un carácter mixto por categorías y no por género, pudiendo participar en el mismo, atletas sub 16 y sub 18 del mismo género.

- En las pruebas de vallas se seguirán las siguientes normas:

Categoría	Número de Vallas	Altura	Distancia a 1ª valla	Distancia entre vallas
SUB16	100 m.v.: 10 vallas	100 m.v. F: 0,76 m.	100 m.v.: 13,00 m.	100 m.v.: 8,50 m.
	300 m.v.: 7 vallas	100 m.v. M: 0,91 m.	300 m.v.: 50 m.	300 m.v.: 35 m.
	1.500 m.o.: 13 obst. y 3 rías.	300 m.v. F: 0,76 m.		
		300 m.v. M: 0,84 m.		
1.500 m.o.: 0,76 m.				
SUB18	10 vallas	100 m.v.: 0,76 m.	100 m.v.: 13,00 m.	100 m.v.: 8,50 m.
	2.000 m.o.: 18 obst. y 5 rías.	110 m.v.: 0,91 m.	110 m.v.: 13,72 m.	110 m.v.: 9,14 m.
		400 m.v. F: 0,76 m.	400 m.v.: 45 m.	400 m.v.: 35 m.
		400 m.v. M: 0,84 m.		
		2.000 m.o.: 0,91 m.		

Artículo 7. Sistema de clasificación individual. Se establecerán las siguientes clasificaciones:

- Por prueba: Aparecerán todos/as los/as atletas participantes en la prueba.

EL SECRETARIO GENERAL

Fdo: Juan Antonio Sánchez Aparicio