



## HORARIO DEFINITIVO CONTROL LANZAMIENTOS LARGOS 24 enero 2026 – Estadio Iván Rodríguez Ramallo – Los Realejos

HOMBRES	HORA	MUJERES
MARTILLO	13:30	
	14:45	MARTILLO
JABALINA	16:00	
DISCO	16:30	
	17:15	JABALINA
	18:00	DISCO

### Horario de Cámara de Llamadas. –

PRUEBA	ENTRADA	SALIDA
CONCURSOS	40' antes	30' antes

### Normas Técnicas. –

- En la zona de competición solo se permite la presencia de jueces, atletas participantes y personal autorizado. El público, entrenadores y atletas que no estén compitiendo deberán permanecer obligatoriamente en la grada.
- Todos los atletas dispondrán de 3 intentos cada uno, al terminar la tercera ronda, los 8 mejores atletas con marca válida tendrán 3 intentos adicionales (independientemente de la categoría).
- Con motivo de mantener un correcto funcionamiento del césped, se establecen un máximo de 2 intentos de calentamiento a cada participante en las prueba de Martillo.

*Todo lo no previsto en esta normativa se regirá por las normas de la World Athletics y la RFEA.*



## **DATOS TECNICOS:**

### **INTENTOS:**

Todos los atletas dispondrán de 3 intentos cada uno, al terminar la tercera ronda, los 8 mejores atletas con marca válida tendrán 3 intentos adicionales (independientemente de la categoría).

### **ARTEFACTOS:**

- **Jabalina Masculina:**
  - 500 gr: Master 70 a 79 años
  - 600 gr: Sub-16 y Master 60 a 69 años
  - 700 gr: Sub-18 y Master 50 a 59 años
  - 800 gr: Sub-20, Sub-23, Senior y Master 35 a 49 años
- **Jabalina Femenina:**
  - 500 gr: Sub-16, Sub-18 y Master 50 a 74 años
  - 600 gr: Sub-20, Sub-23, Senior
- **Disco Masculino:**
  - 1 kg: Sub-16 y Master 60 años y más
  - 1,5 kg: Sub-18 y Master 50 a 59 años
  - 1,75 kg: Sub-20
  - 2 kg: Sub-23, Senior y Master 35 a 49 años
- **Disco Femenino:**
  - 0,8 kg: Sub-16
  - 1 kg: Sub-18, Sub-20, Sub-23, Senior y Master 35 a 74 años
- **Martillo Masculino:**
  - 4 kg: Sub-16 y Master 70 a 79 años
  - 5 kg: Sub-18 y Master 60 a 69 años
  - 6 kg: Sub-20 y Master 50 a 59 años
  - 7,26 kg: Sub-23, Senior y Master 35 a 49 años
- **Martillo Femenino:**
  - 3 kg: Sub-16, Sub-18 y Master 50 a 74 años
  - 4 kg: Sub-20, Sub-23, Senior y Master 35 a 49 años

*Todo lo no previsto en esta normativa se regirá por las normas de la World Athletics y la RFEA.*