



CLUB D'ATLETISME ELS SITGES

E.D.M. Burjassot



CIRCULAR DE ATLETISMO (005/2012)

Marcas mínimas Ctos. España Temporada 2011/2012

e-mail: clubatletisme@elssitges.com *Página Web:* <http://www.elssitges.com> *Tel.Contacto:* 666-872728

MINIMAS DE CAMPEONATOS DE ESPAÑA DE PISTA CUBIERTA

MASCULINO

PRUEBAS	CADETE	JUVENIL	JUNIOR	PROMESA	ABSOLUTO
60 m.l.	7.3 - 7.65	7.35	7.25	7.10	6.95
200 m.l.	-	23.60/23.40	23.10/22.90	22.90/22.70	22.30/22.10
300 m.l.	38.1 - 38.35 (i) 37.8 - 38.05	-	-	-	-
400 m.l.	-	52.45/52.05	51.50/51.10	50.45/50.15	49.00
600 m.l.	39.00 - 1.31.50	-	-	-	-
800 m.l.	-	2.01.00	1.59.00	1.55.00	1.52.00
1.000 m.l.	2.49.50-9.35.00	-	-	-	-
1.500 m.l.	-	4.14.00	4.09.00	4.02.00	3.52.00
3.000 m.l.	9.40.00	9.10.00	8.55.00	8.35.00	8.10.00
60 m.v.	9.0 - 9.35	8.60	8.80	8.95	8.50
Salto Altura	1.71 m.	1.84 m.	1.91 m.	1.95 m.	2.07 m.
Salto Longitud	5.80 m.	6.35 m.	6.65 m.	6.90 m.	7.30 m.
Triple Salto	12.20 m.	13.25 m.	13.65 m.	14.30 m.	15.10 m.
Salto Pértiga	3.15 m.	3.85 m.	4.10 m.	4.35 m.	4.95 m.
Lanzamiento Peso	12.75 m.	14.00 m.	13.25 m.	13.00 m.	16.50 m.
Pruebas Combinadas	3.400 Ptos.	4.200 Ptos.	4.500 Ptos.	4.500 Ptos.	5.000 Ptos.
TOPE MINIMAS	11 - MARZO	26 - FEBRERO	04 MARZO	05 - FEBRERO	19 - FEBRERO
LUGAR FECHA	OVIEDO 17-18 MARZO	VALENCIA 03-04 MARZO	SAN SEBASTIÁN 10-11 MARZO	ANTEQUERA 11-12 FEBRERO	SABADELL 25-26 FEBRERO

En Negrita las marcas mínimas modificadas con respecto a las de la Temporada pasada



CLUB D'ATLETISME ELS SITGES

E.D.M. Burjassot



MINIMAS DE CAMPEONATOS DE ESPAÑA DE PISTA CUBIERTA

FEMENINO

PRUEBAS	CADETE	JUVENIL	JUNIOR	PROMESA	ABSOLUTO
60 m.l.	8.0 - 8.30	8.15	8.20	8.05	7.85
200 m.l.	-	27.05/26.85	26.85/26.65	26.70/26.50	25.80
300 m.l.	42.7 - 42.90	-	-	-	-
400 m.l.	-	1.02.00/1.01.60	1.01.10/1.00.70	1.00.20/59.80	58.00/57.60
600 m.l.	44.00 - 1.45.00	-	-	-	-
800 m.l.	-	2.25.00	2.24.00	2.24.00	2.14.00
1.000 m.l.	3.13.00-10.45.00	-	-	-	-
1.500 m.l.	-	5.05.00	5.03.00	5.00.00	4.42.00
3.000 m.l.	11.10.00	10.45.00	10.30.00	10.20.00	9.50.00
60 m.v.	9.5 - 9.70	9.60	9.95	10.15	9.15
Salto Altura	1.53 m.	1.55 m.	1.56 m.	1.57 m.	1.71 m.
Salto Longitud	5.05 m.	5.25 m.	5.30 m.	5.35 m.	5.80 m.
Triple Salto	10.60 m.	10.95 m.	11.10 m.	11.35 m.	12.30 m.
Salto Pértiga	2.65 m.	2.90 m.	3.05 m.	3.25 m.	3.70 m.
Lanz. Peso	10.50 m.	12 Atletas	10.75 m.	12.00 m.	13.00 m.
Pruebas Combinadas	2.850 Ptos.	2.800 Ptos.	3.100 Ptos.	3.200 Ptos.	3.450 Ptos.
TOPE MINIMAS	11 - MARZO	26 - FEBRERO	04 MARZO	05 - FEBRERO	19 - FEBRERO
LUGAR FECHA	OVIEDO 17-18 MARZO	VALENCIA 03-04 MARZO	SAN SEBASTIÁN 10-11 MARZO	ANTEQUERA 11-12 FEBRERO	SABADELL 25-26 FEBRERO

En Negrita las marcas mínimas modificadas con respecto a las de la Temporada pasada



CLUB D'ATLETISME ELS SITGES

E.D.M. Burjassot



MINIMAS DE CAMPEONATOS DE ESPAÑA DE PISTA AIRE LIBRE

FEMENINO

PRUEBAS	CADETE	JUVENIL	JUNIOR	PROMESA	ABSOLUTO
100 m.l.	12.8 - 13.10	13.10	13.10	12.35	12.15
200 m.l./300 m.l.	43.0 - 43.50	26.95	26.80	25.20	24.85
400 m.l.		1.01.50	1.01.10	57.20	56.50
600 m.l./ 800 m.l.	1.42.00	2.23.00	2.22.00	2.11.50	2.07.00
1000 m.l./1500 m.l	3.10.00	5.02.00	4.57.00	4.35.00	4.22.00
3.000 m.l.	10.55.00	10.45.00	10.30.00	-	
5.000 m.l.	-	19.30.00	18.35.00	17.50.00	16.30.00
10.000 m.l.	-	-	s/m	<u>40.00.00/18.30.00</u>	<u>36.00.00/17.30.00</u>
10 Km.Ruta			19.00-40.00-1h26'	19.00-40.00-1h26'	19.00-40.00-1h26'
Media Maratón	-	s/m	3h.20'-1h.35'-40'00	3h.20'-1h.35'-40'00	3h.20'-1h.35'-40'00
Maratón			3h.20-1h.35-40'00	3h.20-1h.35-40'00	3h.20-1h.35-40'00
100 m.v	16.1 - 16.45	16.10	17.10	14.50	14.60
300v/400v.	48.6 - 48.90	1.09.00	1.09.00	1.02.60	1.02.50
Obstáculos	5.35.00	7.35.00	12.05.00	11.30.00	10.30.00
10 Km Marcha Ruta					48.00.0
Marcha Ruta	29.30.00	28.30.0-58.45.00	28.00.00-58.30.00	1h.58.00-56.00	1h.58.00- 56.00
3/5/10 km.Marcha	16.00	27.15	58.00.00	56.00 - 1h.58.00	51.00.0- 1h.58.00
Salto Altura	1.55 m.	1.57 m.	1.57 m.	1.65 m.	1.75 m.
Salto Longitud	5.15 m.	5.25 m.	5.35 m.	5.60 m.	5.95 m.
Triple Salto	10.80 m.	11.10 m.	11.20 m.	11.90 m.	12.50 m.
Salto Pértiga	2.80 m.	3.00 m.	3.10 m.	3.50 m.	3.90 m.
Lanzamiento Peso	11.00 m.	14 Atletas	11.00 m.	12.95 m.	13.50 m.
Lanzamiento Disco	32.00 m.	14 Atletas	32.00 m.	37.00 m.	46.00 m.
Lanzamiento Jabalina	31.00 m.	14 Atletas	35.00 m.	42.00 m.	46.50 m.
Lanzamiento Martillo	40.00 m.	14 Atletas	42.00 m.	51.00 m.	54.50 m.
Pruebas Combinadas	3.250 Ptos.	3.800 Ptos.	3.800 Ptos.	4250 Ptos.	4600 Ptos.
TOPE MINIMAS	24 - JUNIO	01 - JULIO	17 - JUNIO	08 - JULIO	12 - AGOSTO
LUGAR Y FECHA	XÀTIVA 30 JUN -1 JUL	ARANJUEZ 07 - 08 JULIO	AVILES 23-24 JUNIO	TOLEDO 21 - 22 JULIO	25 - 26 AGOSTO

En Negrita las marcas mínimas modificadas con respecto a las de la Temporada pasada



CLUB D'ATLETISME ELS SITGES

E.D.M. Burjassot



MINIMAS DE CAMPEONATOS DE ESPAÑA DE PISTA AIRE LIBRE

MASCULINO

PRUEBAS	CADETE	JUVENIL	JUNIOR	PROMESA	SENIOR
100 m.l.	11.6 - 11.90	11.50	11.35	10.80	10.70
200 m.l./300 m.l.	37.9 - 38.20	23.40	22.95	22.00	21.65
400 m.l.		52.00	51.00	48.50	48.15
600 m.l./800 m.l.	1.29.50	2.00.00	1.57.00	1.49.00	1.49.20
1.000 m.l./1.500	2.46.00	4.10.00	4.02.50	3.47.00	3.43.00
3.000 m.l.	9.30.00	9.00.00	-	-	-
5.000 m.l.	-	16.00.00	15.40.00	15.10.00	14.00.00
10.000 m.l.	-	-	<u>32.30.00/16.00.00</u>	<u>32.15.00/15.20.00</u>	<u>29.30.00/14.30.00</u>
10 Km. Ruta			15.00-31.30-1h08'30	15.00-31.30-1h08'30	15.00-31.30-1h08'30
Media Maratón	-	-	2h45-1h20-32.00	2h45-1h20-32.00	2h45-1h20-32.00
Marathón	-	-	2h45-1h20-32.00	2h45-1h20-32.00	2h45-1h20-32.00
100 v. / 110 v.	15.1 - 15.50	15.60	16.00	15.20	15.00
300v/400v	43.2 - 43.50	58.00	57.45	54.00	53.60
Obstáculos	4.36.00	6.15.00	10.00.00	9.25.00	8.38.00
20 Km. Marcha Ruta					1h.50.00
Marcha Ruta	28.00.0	54.00.0-26.30.00	52.30.0	1h.55.00	5h.00.00-1h.45.00
5/10/20 Km. Marcha	26.00	52.00	50.00.00	46.45.00	1h.33.00-43.00.00
Salto Altura	1.74 m.	1.86 m.	1.92 m.	2.05 m.	2.10 m.
Salto Longitud	6.00 m.	6.45 m.	6.70 m.	7.30 m.	7.45 m.
Triple Salto	12.45 m.	13.40 m.	13.75 m.	14.70 m.	15.50 m.
Salto Pértiga	3.35 m.	3.90 m.	4.20 m.	4.65 m.	5.00 m.
Lanzamiento Peso	13.25 m.	14.25 m.	13.25 m.	15.00 m.	17.20 m.
Lanzamiento Disco	42.00 m.	42.00 m.	42.00 m.	45.00 m.	53.30 m.
Lanzamiento Jabalina	43.00 m.	51.00 m.	52.00 m.	61.00 m.	67.00 m.
Lanzamiento Martillo	41.00 m.	49.00 m.	50.00 m.	55.00 m.	62.00 m.
Pruebas Combinadas	3.900 Ptos.	4.650 Ptos.	6.000 Ptos.	6000 Ptos.	6500 Ptos.
TOPE MINIMAS	24 - JUNIO	01 - JULIO	17 - JUNIO	08 - JULIO	12 - AGOSTO
LUGAR Y FECHA	XÀTIVA 30 JUN -1 JUL	ARANJUEZ 07 - 08 JULIO	AVILES 23-24 JUNIO	TOLEDO 21 - 22 JULIO	25 - 26 AGOSTO

En Negrita las marcas mínimas modificadas con respecto a las de la Temporada pasada