



CLUB D'ATLETISME ELS SITGES

E.D.M. Burjassot



CIRCULAR DE ATLETISMO (006/2011)

Marcas mínimas Ctos.España Temporada 2010/2011

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	23.10	22.90	22.30
300 m.l.	39.1 - 39.35 (i)	-	-	-	-
400 m.l.	-	52.45	51.50	50.45	49.00
600 m.l.	39.40 - 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	3.50.00
3.000 m.l.	9.40.00	9.12.00	8.55.00	8.35.00	8.10.00
60 m.v.	9.0 - 9.25	8.60	8.80	8.90	8.40
Salto Altura	1.71 m.	1.83 m.	1.90 m.	1.94 m.	2.07 m.
Salto Longitud	5.80 m.	6.25 m.	6.60 m.	6.85 m.	7.30 m.
Triple Salto	12.20 m.	13.10 m.	13.60 m.	14.20 m.	15.15 m.
Salto Pértiga	3.15 m.	3.75 m.	4.05 m.	4.30 m.	4.95 m.
Lanzamiento Peso	12.70 m.	14.00 m.	13.50 m.	12 Atletas	12 Atletas
Pruebas Combinadas	12 Atletas	12 Atletas	12 Atletas	12 Atletas	12 Atletas
TOPE MINIMAS	20- FEBRERO	06 - MARZO	27 FEBRERO	30 - ENERO	13 - FEBRERO
LUGAR FECHA	OVIEDO 26-27 FEBRERO	ZARAGOZA 12-13 MARZO	SABADELL 05-06 MARZO	SEVILLA 05-06 FEBRERO	VALENCIA 19-20 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	26.70	25.80
300 m.l.	43.7 - 43.90	-	-	-	-
400 m.l.	-	1.02.00	1.01.10	1.00.20	58.00
600 m.l.	44.30 - 1.45.00	-	-	-	-
800 m.l.	-	2.25.00	2.24.00	2.23.00	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.	11.05.00	10.50.00	10.40.00	10.20.00	9.50.00
60 m.v.	9.6 - 10.10	9.60	9.95	10.10	9.10
Salto Altura	1.52 m.	1.55 m.	1.55 m.	1.57 m.	1.70 m.
Salto Longitud	5.05 m.	5.20 m.	5.25 m.	5.30 m.	5.80 m.
Triple Salto	10.60 m.	10.90 m.	11.00 m.	11.35 m.	12.25 m.
Salto Pértiga	2.55 m.	2.90 m.	3.00 m.	3.20 m.	3.55 m.
Lanz. Peso	10.50 m.	10.50 m.	11.00 m.	12 Atletas	12 Atletas
Pruebas Combinadas	12 Atletas	12 Atletas	12 Atletas	12 Atletas	12 Atletas
TOPE MINIMAS	20- FEBRERO	06 - MARZO	27 FEBRERO	30 - ENERO	13 - FEBRERO
LUGAR FECHA	OVIEDO 26-27 FEBRERO	ZARAGOZA 12-13 MARZO	SABADELL 05-06 MARZO	SEVILLA 05-06 FEBRERO	VALENCIA 19-20 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.	1.42.50	2.23.00	2.22.00	2.16.00	2.07.00
1000 m.l./1500 m.l	3.11.00	5.02.00	4.57.00	4.39.00	4.22.00
3.000 m.l.	10.55.00	10.45.00	10.30.00	-	
5.000 m.l.	-	19.40.00	18.45.00	18.00.00	16.20.00
10.000 m.l.	-	-	s/m	40.00.00/18.30.00	36.30.00/17.30.00
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	16.3 - 16.65	16.10	17.10	15.50	14.60
300v/400v.	48.6 - 48.90	1.09.00	1.09.00	1.04.00	1.02.50
Obstáculos	5.40.00	7.40.00	12.10.00	11.50.00	10.29.00
Marcha Ruta	29.30.00	28.30.0-58.45.00	28.00.00-58.30.00	1h.58.00-56.00	1h.58.00-51.00
3/5/10/20Km.Marcha	29.30	28.30-58.45	58.30 - 28.00	56.00 - 1h.58.00	56.00 - 1h.58.00
Salto Altura	1.54 m.	1.57 m.	1.57 m.	1.62 m.	1.75 m.
Salto Longitud	5.10 m.	5.25 m.	5.30 m.	5.50 m.	5.95 m.
Triple Salto	10.75 m.	11.10 m.	11.15 m.	11.90 m.	12.45 m.
Salto Pértiga	2.70 m.	3.00 m.	3.10 m.	3.60 m.	3.75 m.
Lanzamiento Peso	10.75 m.	10.50 m.	11.00 m.	12.00 m.	13.50 m.
Lanzamiento Disco	30.00 m.	32.00 m.	32.00 m.	37.00 m.	45.00 m.
Lanzamiento Jabalina	31.00 m.	35.00 m.	35.00 m.	39.00 m.	46.00 m.
Lanzamiento Martillo	39.00 m.	40.00 m.	40.00 m.	42.50 m.	54.00 m.
Pruebas Combinadas	14 Marcas	14 Atletas	14 Atletas	8 Atletas	12 Atletas
TOPE MINIMAS	20 - JUNIO	12 - JUNIO	03 - JULIO	20 - JUNIO	25 - JULIO
LUGAR Y FECHA	CASTELLON 25 - 26 JUNIO	GRANOLLERS 18 - 19 JUNIO	09-10 JULIO	02 - 03 JULIO	MALAGA 06 - 07 AGOSTO



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	21.70
400 m.l.		52.00	51.00	48.50	48.35
600 m.l./800 m.l.	1.29.50	2.00.00	1.57.50	1.50.00	1.49.20
1.000 m.l./1.500	2.46.00	4.11.00	4.03.00	3.48.60	3.43.00
3.000 m.l.	9.25.00	9.05.00	-	-	-
5.000 m.l.	-	16.00.00	15.30.00	14.50.00	13.55.00
10.000 m.l.	-	-	<u>33.30.00/16.00.00</u>	<u>32.00.00/15.20.00</u>	<u>29.40.00/14.30.00</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.	15.2 - 15.50	15.75	16.20	15.40	15.00
300v/400v	43.2 - 43.50	58.00	57.60	54.40	53.60
Obstáculos	4.43.00	6.25.00	9.50.00	9.13.00	8.38.00
Marcha Ruta	26.30.0	53.00.0-26.15.00	51.30.0	1h.50.00 - 48.30	5h.00.00-1h.40.00
5/10/20 Km.Marcha	26.15	52.00	50.00.00	46.45.00	1h.33.00-43.00.00
Salto Altura	1.73 m.	1.86 m.	1.92 m.	2.05 m.	2.09 m.
Salto Longitud	6.03 m.	6.50 m.	6.70 m.	7.15 m.	7.45 m.
Triple Salto	12.35 m.	13.40 m.	13.70 m.	14.40 m.	15.40 m.
Salto Pértiga	3.35 m.	3.90 m.	4.20 m.	4.45 m.	5.00 m.
Lanzamiento Peso	13.50 m.	14.25 m.	13.50 m.	15.00 m.	17.20 m.
Lanzamiento Disco	42.00 m.	42.00 m.	42.00 m.	43.50 m.	53.30 m.
Lanzamiento Jabalina	42.50 m.	49.00 m.	50.00 m.	61.00 m.	66.50 m.
Lanzamiento Martillo	43.00 m.	47.00 m.	50.00 m.	51.00 m.	60.50 m.
Pruebas Combinadas	14 Marcas	14 Atletas	14 Atletas	8 Atletas	12 Atletas
TOPE MINIMAS	20 - JUNIO	12 - JUNIO	03 - JULIO	20 - JUNIO	25 - JULIO
LUGARFECHA	CASTELLON 25 - 26 JUNIO	GRANOLLERS 18 - 19 JUNIO	09-10 JULIO	02 - 03 JULIO	MALAGA 06 - 07 AGOSTO