



Marcas mínimas de participación (realizadas en 2025 o 2026).

HOMBRES (min:seg,cen) o (m.)	PRUEBA	MUJERES (min:seg,cen) o (m.)
00:10,75	100 m. Lisos	00:12,30
00:21,80	200 m. Lisos	00:25,40
00:48,50	400 m. Lisos	00:58,80
01:52,00	800 m. Lisos	02:17,50
03:53,00	1.500 m. Lisos	04:42,00
14:53,00	5.000 m. Lisos	18:30,00
31:50,00	10.000 m. Lisos	12 mejores tiempos
-	100 m. Vallas (0,84)	00:14,90
00:15,20	110 m. Vallas (1,067)	
00:55,20	(0,914) 400 m. Vallas (0,762)	01:05,50
09:30,00	3.000 m. Obstáculos	11:55,00
2,01 m.	Salto de Altura	1,63 m.
4,70 m.	Salto con Pértiga	3,50 m.
7,30 m.	Salto de Longitud	5,75 m.
14,30 m.	Triple Salto	11,85 m.
13,00 m.	(7,260 kg.) Lanzamiento de Peso (4 kg.)	11,60 m.
42,00 m.	(2 kg.) Lanzamiento de Disco (1 kg.)	40,50 m.
45,00 m.	(7,260 kg.) Lanzamiento de Martillo (4 kg.)	45,00 m.
56,00 m.	(800 gr.) Lanzamiento de Jabalina (600 gr.)	37,50 m.
-	5 km. Marcha	26:50,00
52:00,00	10 km. Marcha	-
8 equipos con mejor marca acreditada	Relevo 4 x 100 m. mixto	8 equipos con mejor marca acreditada

Para las pruebas de 10.000 m. y Marcha, tanto masculinas como femeninas, se considerarán también marcas válidas para poder participar, las realizadas en ruta en competiciones pertenecientes al calendario nacional R.F.E.A., **siempre y cuando aparezcan en el ranking oficial.**

Serán válidas desde el 01/01/2025 hasta el día de cierre de las inscripciones.