

CONFEDERACIÓN DE ATLETAS MÁSTER DE LA REPÚBLICA ARGENTINA

FUNDADA EL 9 DE SEPTIEMBRE DE 1989 - PERSONERÍA JURÍDICA 0962/91 - AFILIADA A LA W.M.A. Y A LA A.S.U.D.A.M.A.

Pruebas Reglamentarias en Campeonatos Nacionales de Pista y Campo

- 100 mts.
- 200 mts.
- 400 mts.
- 800 mts.
- 1.500 mts.
- 5.000 mts.
- 110/100/80 mts con vallas – Vallas Cortas
- 400/300/200 mts con vallas – Vallas Largas
- 3.000 mts con obstáculos Varones de 30 a 59 años
- 2.000 con obstáculos Mujeres Todas y Varones de 60 años y más
- 5.000 mts. Marcha en Pista
- Posta 4x100
- Posta 4x400
- Salto en Alto
- Salto en Largo
- Salto Triple
- Salto con Garrocha
- Lanzamiento del Martillo
- Lanzamiento de Bala
- Lanzamiento de Jabalina
- Lanzamiento de Disco
- Lanzamiento de Peso/Martelete

Pruebas Reglamentarias en Campeonatos Nacionales de Ruta y Campo

- Cross Country 8 Km. 30 a 59 años y 6 Km. para categorías 60 y más
- 10 Km. Ruta
- Media Maratón 21 Km.
- 10 Km. Marcha
- 20 Km. Marcha

OPCIONES QUE SE SUGIEREN

- Milla Urbana o en Ruta
- 5 Km. Ruta
- 15 Km. Ruta
- 5 Km. Marcha
- Aventura

Pruebas Reglamentarias en Campeonatos Nacionales de Pruebas Combinadas

- **Decatlón Varones: DV**
 - 100 mts. – Largo – Bala – Alto – 400 mts. – Vallas Cortas – Disco – Garrocha – Jabalina y 1.500 mts.
- **Heptatlón Damas: HD**
 - Vallas Cortas – Salto en Alto – Bala – 200 mts. – Largo – Jabalina y 800 mts.
- **Pentatlón Varones: PV**
 - Largo – Jabalina – 200 mts. – Disco y 1500 mts.
- **Pentatlón Damas: PD**
 - Vallas cortas – Largo – Bala – Alto y 800 mts.
- **Pentatlón Lanzamiento Damas: PLD / Pentatlón Lanzamiento Varones. PLV**
 - Disco – Jabalina – Bala – Martillo y Peso

OPCIONES QUE SE SUGIEREN

- **Triatlón Velocidad Damas: TVD / Triatlón Velocidad Varones: TVV**
 - 100 mts. – 200 mts. - 400 mts.
- **Duatlón Medio Fondo Damas: DMD / Duatlón Medio Fondo Varones: DMV**
 - 800 y 1.500 mts.
- **Triatlón Saltos Damas: TSD / Triatlón Saltos Varones: TSV**
 - Largo – Alto y Triple
- **Triatlón Lanzamientos Damas: TLD / Triatlón Lanzamientos Varones: TLV**
 - Disco – Bala – Jabalina
- **Duatlón de Fondo Damas: DFD / Duatlón de Fondo Varones: DFV**
 - 3.000 Y 5.000 mts

Cada Institución organizadora de un Campeonato Nacional evaluará que pruebas sacar o agregar de acuerdo a la capacidad del predio, implementos, tiempo y jueces disponibles para la fiscalización