



LIGA DE ATLETISMO  
DE ANTIOQUIA

## REGLAMENTO Y PROGRAMACIÓN CAMPEONATO INTERCLUBES MAYORES MAYO 17 AL 19 DE 2024

### **CATEGORÍAS:**

**MAYORES:** Nacidos en 2004 y antes

Se permitirá la participación de atletas sub 20, solamente a quienes cuenten con aval de los entrenadores jefes de área de la Liga de Atletismo.

**Este evento será selectivo para los siguientes campeonatos:**

Nacional Mayores, que se realizará del 28 al 30 de junio en Cali.

### **PARTICIPANTES:**

Los clubes afiliados que estén a paz y salvo con la Liga de Atletismo de Antioquia hasta la fecha de realización del Evento.

Atletas pertenecientes a clubes de otras ligas.

### **INSCRIPCIONES:**

La inscripción la realiza el Club o el responsable del mismo hasta las 12:00 pm del martes 14 de mayo. Al correo: [secretaria@atletismoantioquia.com](mailto:secretaria@atletismoantioquia.com)

La inscripción debe presentarse en planilla oficial de la Liga con nombres y apellidos, fecha de nacimiento, documento de identidad, institución a la que representa (club) y pruebas.

O en el link oficial enviado por la Liga.

Un club puede inscribir hasta 5 deportistas en cada prueba, en cada rama y categoría.

Cada atleta puede participar hasta en cuatro pruebas, por ejemplo, en 4 individuales o en dos individuales y en dos relevos...

### **VALOR DE INSCRIPCIÓN:**

Clubes afiliados a la Liga de Atletismo de Antioquia: \$33.000.

Deportistas de otras Ligas: \$45.000.

**NOTA:** Se aceptarán retiros hasta el jueves 16 de mayo a las 10:00 pm. Pasado este tiempo, la inscripción se cobrará a todos los deportistas que no sean retirados, aunque no asistan a competir. No se aceptan cambios ni nuevas inscripciones después del martes 14 de mayo.



**LIGA DE ATLETISMO  
DE ANTIOQUIA**

### **PREMIACIÓN:**

Se entregará premiación en medallas tipo oro – plata – bronce a los tres primeros por prueba de cada categoría.

### **PUNTUACION:**

Se puntuará de la siguiente manera: 10, 8, 6, 5, 4, 3, 2 y 1 puntos a los 8 primeros en cada una de las pruebas. Los relevos y pruebas múltiples darán puntuación doble.

**Nota:** Solo puntuarán los clubes afiliados a la Liga de Atletismo de Antioquia.

### **GENERALIDADES:**

Todos los encargados de las distintas delegaciones deberán presentar el documento de identidad, o copia del mismo, de los atletas inscritos al evento.

En caso de accidente, la Liga de Atletismo de Antioquia prestará una atención inicial por medio de APH y ambulancia. Si un deportista requiere una atención mayor ésta deberá prestarse a través de la EPS o sisben de la persona afectada.

Se contará con póliza individual de accidentes, para los atletas participantes.

La organización entregará los números de competencia, luego del pago de la inscripción. Los deportistas usarán su número, durante todo el torneo, de forma adecuada sin recortarlo ni doblarlo.

El ingreso a todas las pruebas se realizará a la pista por la zona de calentamiento (ésta se encuentra al lado de la recta secundaria) o por el lugar que se designe para ello. Allí se realizará cámara de llamados, en donde se verificará el nombre y el número de cada deportista. De allí se trasladarán a las diferentes áreas de competencia, de acuerdo con el llamado de los jueces.

En caso de no utilizar cámara de llamados, los jueces realizarán el reporte de los deportistas en el lugar de la prueba.

En las pruebas de campo, se establecerán Zonas Técnicas, cerca de las áreas de competencia, las cuales estarán ubicadas por fuera de la pista.



**LIGA DE ATLETISMO  
DE ANTIOQUIA**

La organización brindará hidratación durante el evento.

En las competencias superiores a 3000 metros los entrenadores o delegados podrán brindar hidratación a sus deportistas en las áreas designadas. En las demás pruebas de pista, la hidratación se dispondrá después de la llegada.

Se realizará semifinal y final en las pruebas de 100 y 200 metros planos. Las demás pruebas de pista tendrán final por tiempos.

Las pruebas de campo se llevarán a cabo mediante el formato de 3 intentos y los 8 mejores realizarán 3 intentos más.

En el salto con garrocha o pértiga, a partir de la altura mínima, la varilla se elevará de 10 en 10 centímetros hasta que solo quede 1 deportista en competencia, a partir de allí el listón se elevará de 5 en 5 centímetros.

La prueba de salto alto, a partir de la altura mínima, tendrá una elevación del listón de 5 en 5 centímetros hasta que solo quede 1 deportista en competencia. A partir de allí, se continuará subiendo de 3 en 3 centímetros.

En las pruebas múltiples, la varilla de salto alto se elevará de 3 en 3 centímetros.

La tabla de despegue para salto triple estará situada a las siguientes distancias:

	<b>MAYORES</b>	
	<b>DAMAS</b>	<b>VARONES</b>
Distancia	11 metros	13 metros

Cualquier observación no contenida en este reglamento, será resuelta bajo la normatividad de la World Athletics y/o demás disposiciones de la organización del evento.



LIGA DE ATLETISMO  
DE ANTIOQUIA

### DATOS TÉCNICOS DE LAS PRUEBAS POR CATEGORÍA

	MAYORES
<b>CARRERAS PLANAS</b>	100, 200, 400, 800, 1.500, 5.000, 10.000.
<b>VALLAS</b>	100 vallas damas: 84 cms 110 vallas varones: 1,07mts 400 vallas: damas 76 cms – varones 91 cms
<b>OBSTÁCULOS</b>	3.000 obstáculos: damas a 76 cms – varones 91 cms
<b>RELEVOS</b>	4 x 100 metros – 4 x 400 metros 4 x 400 mixto
<b>MARCHA</b>	10.000 damas 10.000 varones
<b>SALTOS</b>	Altura, Triple, Pértiga y Largo
<b>LANZAMIENTOS</b>	Martillo, Disco, Jabalina, Bala
<b>PRUEBAS COMBINADAS</b>	<b>OCTATLON (Sólo Varones)</b> Jornada 1: 100m – largo – bala – alto – 400 Jornada 2: 110 vallas – jabalina – 1.500 <b>PENTATLON (Sólo Mujeres)</b> Jornada 1: 100 vallas – largo – bala Jornada 2: alto – 800

### PESO DE IMPLEMENTOS POR CATEGORÍA

	MAYORES	
	DAMAS	VARONES
<b>BALA</b>	4 kg	7,26 kg
<b>DISCO</b>	1 kg	2 kg
<b>MARTILLO</b>	4 kg	7,26 kg
<b>JABALINA</b>	600 gr	800 gr

### ALTURAS MÍNIMAS

	DAMAS	VARONES
<b>Salto Alto</b>	1,30	1,60
<b>Salto con Pértiga</b>	2,00	2,80



LIGA DE ATLETISMO  
DE ANTIOQUIA

## PROGRAMACIÓN

### JORNADA 1: VIERNES 17 DE MAYO (NOCHE)

HORA	PRUEBA	RAMA	CATEGORÍA	FASE
6:00 p. m.	100 metros	Damas	Mayores	Semi Final
	100 metros	Varones	Mayores	Semi Final
	Bala	Varones	Mayores	Final
	10.000 metros	Damas	Mayores	Final
	10.000 metros	Varones	Mayores	Final
	Bala	Damas	Mayores	Final
	1.500 metros	Damas	Mayores	Final
	1.500 metros	Varones	Mayores	Final
	100 metros	Damas	Mayores	Final
	100 metros	Varones	Mayores	Final
	400 metros	Damas y Varones	Mayores	Final x tiempos

### JORNADA 2: SÁBADO 18 DE MAYO (MAÑANA)

HORA	PRUEBA	RAMA	CATEGORÍA	FASE
8:00 a. m.	100 metros	Varones	Mayores	1ra Octa
	Alto	Damas	Mayores	Final
	Jabalina	Damas	Mayores	Final
	Largo	Varones	Mayores	2da Octa
	3.000 obstáculos	Damas	Mayores	Final
	3.000 obstáculos	Varones	Mayores	Final
	200 metros	Damas y Varones	Mayores	Semi final
	Alto	Varones	Mayores	Final
	Bala	Varones	Mayores	3ra Octa
	Jabalina	Varones	Mayores	Final
	Relevos 4 x 100m	Damas y Varones	Mayores	Final



**LIGA DE ATLETISMO  
DE ANTIOQUIA**

**JORNADA 3: SÁBADO 18 DE MAYO (TARDE)**

HORA	PRUEBA	RAMA	CATEGORÍA	FASE
3:00 p. m.	Alto	Varones	Mayores	4ta Octa
	100 vallas	Damas	Mayores	1ra Penta
	Disco	Damas	Mayores	Final
	100 vallas	Damas	Mayores	Final
	110 vallas	Varones	Mayores	Final
	Disco	Varones	Mayores	Final
	Largo	Damas	Mayores	Final
	Largo	Damas	Mayores	2da Penta
	200 metros	Damas y Varones	Mayores	Final
	Martillo	Damas	Mayores	Final
	Martillo	Varones	Mayores	Final
	Bala	Damas	Mayores	3ra Penta
	Largo	Varones	Mayores	Final
	400 metros	Varones	Mayores	5ta Octa
	relevos 4 x 400m	Mixto	Mayores	Final

**JORNADA 4: DOMINGO 19 DE MAYO (MAÑANA)**

HORA	PRUEBA	RAMA	CATEGORÍA	FASE
7:00 a. m.	10.000 marcha	Damas y Varones	Mayores	Final
8:00 a. m.	Garrocha	Damas y Varones	Mayores	Final
	110 vallas	Varones	Mayores	6ta Octa
	400 vallas	Damas	Mayores	Final
	400 vallas	Varones	Mayores	Final
	5.000 metros	Damas	Mayores	Final
	5.000 metros	Varones	Mayores	Final
	800 metros	Damas y Varones	Mayores	Final
	Triple	Damas	Mayores	Final
	Triple	Varones	Mayores	Final
	Alto	Damas	Mayores	4ta Penta
	Jabalina	Varones	Mayores	7ma Octa
	600 metros	Damas	Mayores	5ta Penta
	800 metros	Varones	Mayores	8va Octa
	Relevos 4 x 400m	Damas y Varones	Mayores	Final