

CRITERIOS DE SELECCIÓN FRA PARA EL CAMPEONATO DE ESPAÑA DE FEDERACIONES AUTONÓMICAS – (La Nucía, 6 de julio de 2024).

Se establecen los siguientes criterios para formar parte de la Selección Riojana:

- Tener licencia federada por La Rioja en 2024.
- El periodo para hacer las marcas comprende desde el 1 de marzo hasta el 23 de junio de 2024.
- Las marcas tienen que haber sido realizadas al aire libre, no valen marcas de pista cubierta.
- Si la marca no aparece en el ranking nacional hay que informar a la FRA, adjuntando el acta de la prueba.
- No será requisito imprescindible participar en el Campeonato de La Rioja Absoluto Individual (15-16/06/2024), pero en caso de marcas similares se valorará positivamente el haberlo hecho. Aquellos atletas que no vayan a participar en el Campeonato de La Rioja Absoluto y quieran ser seleccionados deberán informar a la FRA (directortecnico@fratletismo.com) de los motivos de su no participación y su intención de ser seleccionado y acudir al Campeonato de España de Federaciones Autonómicas. Este año dicho campeonato estará incluido en el calendario nacional y el "global calendar" de "World Athletics".
- La selección se hará a criterio del Comité Técnico de la FRA, priorizando el éxito colectivo sobre el individual y teniendo en cuenta el ranking autonómico absoluto y las mínimas de participación.

MARCAS MÍNIMAS DE PARTICIPACIÓN

HOMBRES	PRUEBA	MUJERES
11.50 o mínima en 200	100	13.30 o mínima en 200
23.50 o mínima en 100	200	27.50 o mínima en 100
53.00	400	1:03.00
2:10.00 o mínima en 1500	800	2:30.00 o mínima en 1500
4:30.00 o mínima en 800	1500	5:45.00 o mínima en 800
9:30.00 o mínima en 5000	3000	12:15.00 o mínima en 5000
16:00.00 o mínima en 3000	5000	23:00.00 o mínima en 3000
11:00.00	3000 obstáculos	14:00.00
18.00	100/110 vallas	18.00
1:00.00	400 vallas	1:10.00
30:00.00	5000 marcha	36:00.00
1.65	Altura	1.40
3.00	Pértiga	2.00
6.30	Longitud	5.00
12.50	Triple	10.50
10 m	Peso (7.260 y 4 kg)	8 m
30 m	Disco (2 y 1 kg)	25 m
30 m	Martillo (7.260 y 4 kg)	25 m
40 m	Jabalina (800 y 600 gr)	25 m
3 atletas	4x100 mixto	3 atletas
3 atletas	4x400 mixto	3 atletas

NOTAS:

- 1) Las marcas tienen que estar realizadas en condiciones reglamentarias de viento, altura...
- 2) Se podrán completar pruebas con atletas ya seleccionados aunque no tengan la mínima.