

CAMPEONATO DE LA RIOJA ABSOLUTO INDIVIDUAL ST 2026

C.T.D. ADARRAGA, 15 DE FEBRERO 2026

PRUEBAS:

Hombres: 60m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 3000m, 60m vallas (1,06m), Altura, Pértiga, Longitud, Triple y Peso (7,260kg).

Mujeres: 60m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 3000m, 60m vallas (0,84m), Altura, Pértiga, Longitud, Triple, y Peso (4kg).

Participación e Inscripciones:

- Todos los participantes deberán poseer licencia federada en vigor RFEA o FRA, **NO** siendo admitidos atletas que únicamente dispongan de licencia Escolar (Juegos Deportivos de La Rioja).
- Podrán participar atletas de categorías sub16, sub18, sub20, sub23, absolutos y masters, en sus pruebas autorizadas.
- La competición está incluida en el calendario RFEA NII, por lo que se autoriza la participación de atletas con licencia nacional de fuera de La Rioja.
- Las **inscripciones** se harán a través del Call Room de la RFEA, el plazo finaliza el miércoles anterior a la competición a las 23:59h. El jueves anterior a la competición se publicará el listado de inscritos y el horario definitivo. Si tras la publicación del listado provisional, algún atleta NO va a participar, se ruega lo comunique.
- Si alguna de estas pruebas no cuenta con inscripciones de atletas riojanos, la dirección técnica se guarda el derecho de no se programarla.
- CONFIRMACIÓN: Es **obligatorio confirmar participación** en secretaría hasta **una hora antes** del comienzo de la **prueba**.
- Los **atletas con licencia no perteneciente a la FRA** deberán abonar la cantidad de 10€. El ingreso deberá efectuarse una vez publicadas las listas de admitidos en el siguiente número de cuenta: ES65 3008 0176 9653 8407 5627 (Caja Rural), indicando nombre y apellidos del atleta y mandar el justificante al email fra@fratletismo.com

Los atletas que quieran homologar sus artefactos deberán hacerlo ANTES del inicio de la competición.

La pista y césped artificial está reservada a atletas, jueces y entrenadores. El público deberá situarse en la grada.

Pase a finales, mejoras y cadencias

En el 60ml pasarán a la final los 8 mejores tiempos y el campeón se decidirá en la final por puestos.

En el resto de carreras con más de una serie, la clasificación se realizará por tiempos. En las carreras con una única serie, la clasificación se realizará por puestos.

En las pruebas de concurso se realizarán 3 intentos, más 3 de mejora hasta completar ocho atletas. Pasarán a la mejora las 8 mejores marcas teniendo prioridad los atletas con licencia riojana.

Cadencias y tablas:

- **Longitud masculina y femenina:** tabla de 3m
- **Triple masculino:** dos tablas
- **Triple femenino:** dos tablas
- **Altura masculina:** hasta 1,43m de 10 en 10cm / 1,49m / 1,55m / 1,59m / 1,63m / de 1,67m hasta 2,03m de 4 en 4cm / 2,06m / 2,09m / y de 3 en 3 cm
- **Altura femenina:** hasta 1,23m de 10 en 10cm / 1,28m / 1,33m / 1,37m / de 1,41m hasta 1,49m de 4 en 4 cm / 1,52m / y de 3 en 3 cm
- **Pértiga masculina y femenina:** hasta 2,80m de 10 en 10 cm y después de 5 en 5cm

Premiación:

Recibirán medallas los tres primeros clasificados en cada prueba con licencia FRA tanto en hombres como en mujeres.

Para todo lo no contemplado en este Reglamento, se aplicará la normativa de la World Athletics, Real Federación Española de Atletismo y Federación de Atletismo de La Rioja.

CLAÚSULA DE GÉNERO

La FRA garantiza la igualdad efectiva de hombres y mujeres como uno de sus principios básicos de actuación. A tal fin, las menciones genéricas en masculino que aparecen en el articulado de cualquier documento o Normativa se entenderán referidas también a su correspondiente femenino, salvo aquellos supuestos en que específicamente se haga constar que no lo es así.

HORARIO

C.T.D. ADARRAGA DOMINGO, 15 de febrero 2026

CHICOS	HORARIO	CHICAS
PERTIGA	10:00	PERTIGA
		LONGITUD
60m vallas (1.06)	10:15	
	10:25	60m vallas (0.84)
60m semifinal 3 SERIES	10:45	
	11:00	60m semifinal 4 SERIES
LONGITUD	11:15	
PESO (7,260kg)		PESO (4kg)
3000m	11:25	
	11:45	3000m
60m Final Eventual	12:05	
	12:15	60m Final Eventual
ALTURA	12:30	TRIPLE
800m	12:30	
	12:40	800m
200m 2 SERIES	12:55	
	13:10	200m 2 SERIES
1500m	13:25	
	13:40	1500m
TRIPLE	13:45	ALTURA
400m 2 SERIES	13:55	
	14:10	400m

*Las medallas se irán entregando durante la mañana, según vayan acabando las pruebas y haya disponibilidad.