

JORNADA DE MAÑANA		
Hombres	Hora	Mujeres
JABALINA sub16	10:00	PESO sub14
ALTURA sub14		
110m vallas (0.91) sub18 (FINAL)	10:05	
100m vallas (0.91) sub16 (FINAL)	10:15	
	10:25	100m vallas (0.76) sub18 (FINAL)
	10:35	100m vallas (0.76) sub16 (semifinal)
	10:45	80m vallas (0.76) sub14 (semifinal)
80m vallas (0.84) sub14 (semifinal)	10:55	
LONGITUD sub18	11:00	JABALINA sub16
		PESO sub18
	11:10	200m sub18
200m sub18	11:20	
	11:35	300m sub16
300m sub16	11:45	
	11:55	500m sub14
LONGITUD sub16	12:00	JABALINA sub14
		ALTURA sub16-sub18
500m sub14	12:05	
110m vallas (0.91) sub18 (Control a petición – 1h antes de la prueba en secretaria)	12:35	
100m vallas (0.91) sub16 (Control a petición – 1h antes de la prueba en secretaria)	12:45	
	12:55	100m vallas (0.76) sub18 (Control a petición – 1h antes de la prueba en secretaria)
LONGITUD sub14	13:00	PESO sub16
JABALINA sub18		JABALINA sub18
	13:05	100m vallas (0.76) sub16 (Final)
	13:15	80m vallas (0.76) sub14 (Final)
80m vallas (0.84) sub14 (Final)	13:25	

JORNADA DE TARDE		
Hombres	Hora	Mujeres
ALTURA sub16-sub18	17:00	LONGITUD sub14
JABALINA sub14		
100m sub16 (Semifinal)		
100m sub18 (Semifinal)	17:10	
	17:20	100m sub16 (Semifinal)
	17:30	100m sub18 (Semifinal)
80m sub14 (Semifinal)	17:40	
	17:50	80m sub14 (Semifinal)
PESO sub18 - sub16	18:00	LONGITUD sub16
1000m sub16	18:15	
1000m sub14	18:25	
	18:35	1000m sub14
	18:45	1000m sub16
800m sub18	18:55	800m sub18
PESO sub14	19:00	ALTURA sub14
		LONGITUD sub18
80m sub14 (Final)	19:10	
	19:15	80m sub14 (Final)
100m sub16 (Final)	19:25	
	19:30	100m sub16 (Final)
100m sub18 (Final)	19:35	
	19:40	100m sub18 (Final)
4x80m sub14	19:55	
	20:00	4x80m sub14
	20:15	4x100 sub16 - 4x100 sub18
4x100 sub16 - 4x100 sub18	20:30	

Normativa Pruebas JJDD



FINAL



1- La Federación Riojana de Atletismo (FRA) programa esta jornada de JJDD de la temporada 2026. Sólo se disputarán si se cuenta con el visto bueno de la Dirección General de Deporte del Gobierno de La Rioja al menos 24 h antes de su celebración.

2- Se podrá competir en **un máximo de 4 pruebas individuales, más el relevo**. En caso de ser admitido en más de 4 pruebas individuales se tendrá de plazo hasta el miércoles a las 22h para renunciar a la/las pruebas, y así poder admitir al siguiente en la lista. En caso de no hacerlo en el plazo indicado, la dirección técnica será quien elimine a los atletas de las pruebas excedentes en la que peor clasificación tengan, sin tener derecho a réplica.

3 – La participación estará limitada, tanto en cada categoría como en cada género, **a las mejores 12 marcas en concursos y a las 16 mejores marcas en carreras**. Las marcas serán válidas desde el 1 de enero de 2026 hasta el 17 de mayo de 2026 (ambos inclusive).

En casos excepcionales se podrá admitir a atletas sin marca, siempre y cuando el cupo de la prueba no esté completo con atletas con marca en el periodo establecido.

4 - Las inscripciones se **realizarán hasta las 23:59 h del MARTES anterior** a la competición, a través de la intranet de la RFEA Call-Room (<https://atletismorfea.es/user/login-registro>). Se podrán inscribir únicamente atletas de categorías Sub 14, Sub16 y Sub18 que estén dados de alta en JJDD. El jueves anterior a la competición se publicará el listado definitivo de inscritos y el horario definitivo. Si tras la publicación del listado provisional, algún atleta NO va a participar, se ruega lo comunique.

5- Será necesario **confirmar la participación hasta 40 min antes** de la hora de la prueba en secretaría.

6- En las carreras que hubiese programadas semifinales y finales, si no hubiese suficientes atletas para realizar dos semifinales, se computará la semifinal como final, entregándose las medallas con el resultado de esta carrera. En estos casos se podrá correr una carrera de control a la hora de la final siempre que se solicite en secretaria hasta 1h antes.

7- Pase a las Finales de velocidad y vallas (80m, 100m, 80m vallas y 100/110m vallas): **2Q y 4q**

8- En las finales que haya dos series se tendrá en cuenta el tiempo de las dos finales para determinar al campeón/a.

9- **En las pruebas de relevos**, para poder optar a medalla, **los 4 integrantes deberán ser de la misma categoría y deberán estar dados de alta en la misma entidad en Juegos Deportivos**. Se permite la participación de equipos compuestos por integrantes mezclados de diferentes entidades y/o categorías, pero estos equipos no optarán a medalla.

10 - En los lanzamientos y en los saltos horizontales, habrá 3 intentos y posteriormente mejora de otros 3 intentos para los 8 mejores en cada categoría y género. (No siendo obligatorio el cambio de orden en el concurso).

11- Tablas y cadencias de listones:

- Tabla longitud: 1,5m en todas las categorías.
- Listones Altura:
 - **Sub14 fem y masc:** 1.00m – 1.10m – 1.16m – 1.21m – 1.26m – 1.30m – 1.33m – 1.36m – y de 3 en 3 cm
 - **Sub16-18 fem:** 1.11m – 1.21m – 1.27m – 1.31m – 1.34m – 1.37m y de 3 en 3cm
 - **Sub16-18 masc:** 1.15m – 1.25m – 1.31m – 1.37m – 1.43m – 1.47m – 1.51m – 1.55m – 1.58m y de 3 en 3cm

12- Distancias de vallas:

- 80m vallas F (Sub14): 8 vallas (0,76) – 12,30m-8,20m-10,30m
- 80m vallas M (Sub14): 8 vallas (0,84) – 12,30m-8,20m-10,30m
- 100m vallas F (Sub16-Sub18): 10 vallas (0,76) – 13m-8,50m-10,50m
- 100m vallas M (Sub16): 10 vallas (0,91) – 13m-8,50m-10,50m
- 110m vallas M (Sub18): 10 vallas (0,91) – 13,72m-9,14m-14,02m

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

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.