

FEDERACION MEXICANA DE ATLETISMO, AC
DIRECCION TECNICA
PRUEBAS OFICIALES 2010

PRUEBA	VARONIL					
	1a.Fuerza	20,21 y 22 años Sub 23 Juvenil Superior 1988-89-90	18 y 19 años Sub 20 Juvenil Mayor 1991-92	16 y 17 años Sub 18 Juvenil menor 1993-94	14 y 15 años Infantil Mayor 1995-96	12 y 13 años Infantil menor 1997-98
75 mts.						OK
100 mts.	OK	OK	OK	OK	OK	
150 mts.						OK
200 mts.	OK	OK	OK	OK	OK	
400 mts.	OK	OK	OK	OK	OK	
800 mts.	OK	OK	OK	OK	OK	OK
1,500 mts.	OK	OK	OK	OK		
2,000 mts.					OK	
3,000 mts.				OK		
5,000 mts.	OK	OK	OK			
10,000 mts.	OK	OK	OK			
Maratón	OK					
70 mts. c/v						
80 mts. c/v						76 cm
100 mts. c/v					84 cm	
110 mts. c/v	106 cm	106 cm	99 cm	91 cm		
400 mts. c/v	91 cm	91 cm	91 cm	84 cm		
2,000 mts. steeple				91 cm		
3,000 mts. steeple	91 cm	91 cm	91 cm			
Altura	OK	OK	OK	OK	OK	OK
Garrocha	OK	OK	OK	OK		
Longitud	OK	OK	OK	OK	OK	OK
Triple	OK	OK	OK	OK		
Pelota No.5 Beisbol						OK
Bala	7.26 Kg	7.26 Kg	6 Kg	5 Kg	8 lb	3 Kg
Disco	2 Kg	2 Kg	1.75 Kg	1.5 Kg	1 Kg	
Martillo	7.26 Kg	7.26 Kg	6 Kg	5 Kg		
Jabalina	800 gr	800 gr	800 gr	700 gr	600 gr	
2,000 mts caminata						OK
3,000 mts caminata					OK	
5,000 mts caminata						
10,000 mts caminata		OK	OK	OK		
20 K Caminata	OK					
50 K Caminata	OK					
4 x 75 mts.						OK
4 x 100 mts	OK	OK	OK		OK	
4 x 400 mts	OK	OK	OK			
Relevo Combinado 4 x (100,200,300,400m)				OK		
Pentatlón						60 m altura pelota longitud 1,000 m
Hexatlón					80 m altura bala (8 lb) 80m c/v (84 cm) longitud 1,200 m	
Heptatlón						
Octatlón				100 m longitud bala (5 Kg) 400 m 110 m c/v (91cm) altura jabalina (700gr) 1,000 m		
Decatlón	100 m longitud bala (7.26 Kg) altura 400 m 110m c/v (106 cm) disco (2 Kg) garrocha jabalina (800 gr) 1,500 m	100 m longitud bala (7.26 Kg) altura 400 m 110m c/v (106 cm) disco (2 Kg) garrocha jabalina (800 gr) 1,500 m	100 m longitud bala (6 Kg) altura 400 m 110m c/v (99 cm) disco (1.75 Kg) garrocha jabalina (800 gr) 1,500 m			
Total de Pruebas	24	22	22	20	13	11