

Campeonato de España Master Pruebas Combinadas, Milla y 10.000 m

Alcalá de Henares (Madrid), 20 y 21 de mayo de 2023

HORARIO

SÁBADO 20 de mayo de 2023		
Pentatlón Lanzamientos M60 M65		
09.00	Martillo 5 kg	M60 M65
10.10	Peso 5 kg	M60 M65
11.20	Disco 1 kg	M60 M65
12.30	Jabalina 600 g	M60 M65
13.40	Martillo Pesado 9,08 kg	M60 M65
Pentatlón Lanzamientos M35 M40 M45		
10.10	Martillo 7,26 kg	M35 M40 M45
11.20	Peso 7,26 kg	M35 M40 M45
12.30	Disco 2 kg	M35 M40 M45
13.40	Jabalina 800 g	M35 M40 M45
14.50	Martillo Pesado 15,88 kg	M35 M40 M45
Pentatlón Lanzamientos F50 F55 F60		
14.00	Martillo 3 kg	F50 F55 F60
15.15	Peso 3 kg	F50 F55 F60
16.30	Disco 1 kg	F50 F55 F60
17.45	Jabalina 500 g	F50 F55 F60
19.00	Martillo Pesado 7 y 5	F50 F55 F60
Pentatlón Lanzamientos M70 M75 F35 F40 F45 F65		
15.15	Martillo 3 y 4 kg	M70 M75 F35 F40 F45 F65
16.30	Peso 3 y 4 kg	M70 M75 F35 F40 F45 F65
17.45	Disco 1 kg	M70 M75 F35 F40 F45 F65
19.00	Jabalina 500 y 600 g	M70 M75 F35 F40 F45 F65
20.15	Martillo Pesado 5, 7 y 9	M70 M75 F35 F40 F45 F65
Decathlon		
16.00	100 m	M40 M45
16.05	100 m	M50 M60
16.10	100 m	M55 M65
16.40	Longitud	Todos
17.55	Peso	Todos
19.10	Altura	Todos
21.10	400 m	M55 M65
21.15	400 m	M50 M60
21.20	400 m	M40 M45
Heptathlon		
16.15	100 m v.	F35

SABADO 20 de mayo de 2023		
09.00	Martillo 5 kg	M60 M65
10.10	Peso 5 kg	M60 M65
10.10	Martillo 7,26 kg	M35 M40 M45
11.20	Disco 1 kg	M60 M65
11.20	Peso 7,26 kg	M35 M40 M45
12.30	Jabalina 600 g	M60 M65
12.30	Disco 2 kg	M35 M40 M45
13.40	Martillo Pesado 9,08 kg	M60 M65
13.40	Jabalina 800 g	M35 M40 M45
14.00	Martillo 3 kg	F50 F55 F60
14.50	Martillo Pesado 15,88 kg	M35 M40 M45
15.15	Peso 3 kg	F50 F55 F60
15.15	Martillo 3 y 4 kg	M70 M75 F35 F40 F45 F65
16.00	100 m	M40 M45
16.05	100 m	M50 M60
16.10	100 m	M55 M65
16.15	100 m v.	F35
16.20	80 m v.	F45
16.25	80 m v.	F50 F55
16.30	Disco 1 kg	F50 F55 F60
16.30	Peso 3 y 4 kg	M70 M75 F35 F40 F45 F65
16.40	Longitud	Todos
16.55	Altura	Todas
17.45	Jabalina 500 g	F50 F55 F60
17.45	Disco 1 kg	M70 M75 F35 F40 F45 F65
17.55	Peso	Todos
18.00	Milla	M55
18.10	Milla	M50
18.20	Milla	M45 Final B
18.30	Milla	M45 Final A
18.40	Milla	M40
18.50	Milla	M35
19.00	Martillo Pesado 7 y 5	F50 F55 F60
19.00	Jabalina 500 y 600 g	M70 M75 F35 F40 F45 F65
19.00	10.000 m	Mujeres
19.10	Altura	Todos

Añadida Milla M70 M75 M85 Versión 2. Miércoles 10		
SABADO 20 de mayo de 2023		
09.00	Martillo 5 kg	M60 M65
10.10	Martillo 7,26 kg	M35 M40 M45
11.20	Disco 1 kg	M60 M65
12.30	Disco 2 kg	M35 M40 M45
14.00	Martillo 3 kg	F50 F55 F60
15.15	Martillo 3 y 4 kg	M70 M75 F35 F40 F45 F65
16.30	Disco 1 kg	F50 F55 F60
17.45	Disco 1 kg	M70 M75 F35 F40 F45 F65
12.30	Jabalina 600 g	M60 M65
13.40	Jabalina 800 g	M35 M40 M45
17.45	Jabalina 500 g	F50 F55 F60
19.00	Jabalina 500 y 600 g	M70 M75 F35 F40 F45 F65
13.40	Martillo Pesado 9,08 kg	M60 M65
14.50	Martillo Pesado 15,88 kg	M35 M40 M45
19.00	Martillo Pesado 7 y 5	F50 F55 F60
20.15	Martillo Pesado 5, 7 y 9	M70 M75 F35 F40 F45 F65
10.10	Peso 5 kg	M60 M65
11.20	Peso 7,26 kg	M35 M40 M45
15.15	Peso 3 kg	F50 F55 F60
16.30	Peso 3 y 4 kg	M70 M75 F35 F40 F45 F65
17.55	Peso	Todos
19.10	Peso	Todas
16.55	Altura	Todas
19.10	Altura	Todos
16.40	Longitud	Todos
16.00	100 m	M40 M45
16.05	100 m	M50 M60
16.10	100 m	M55 M65
16.15	100 m v.	F35
16.20	80 m v.	F45

16.20	80 m v.	F45
16.25	80 m v.	F50 F55
16.55	Altura	Todas
19.10	Peso	Todas
19.50	200 m	F50 F55
19.55	200 m	F35 F45
Milla		
18.00	Milla	M55
18.10	Milla	M50
18.20	Milla	M45 Final B
18.30	Milla	M45 Final A
18.40	Milla	M40
18.50	Milla	M35
10.000m		
19.00	10.000 m	Mujeres
20.00	10.000 m	M60 M65 M70 M75

19.10	Peso	Todas
19.50	200 m	F50 F55
19.55	200 m	F35 F45
20.00	10.000 m	M60 M65 M70 M75
20.15	Martillo Pesado 5, 7 y 9	M70 M75 F35 F40 F45 F65
21.10	400 m	M55 M65
21.15	400 m	M50 M60
21.20	400 m	M40 M45

16.25	80 m v.	F50 F55
18.00	Milla	M55
18.10	Milla	M50
18.20	Milla	M45 Final B
18.30	Milla	M45 Final A
18.40	Milla	M40
18.50	Milla	M35
19.00	10.000 m	Mujeres
19.50	200 m	F50 F55
19.55	200 m	F35 F45
20.00	10.000 m	M60 M65 M70 M75
21.10	400 m	M55 M65
21.15	400 m	M50 M60
21.20	400 m	M40 M45

DOMINGO 21 de mayo de 2023		
Pentatlón Lanzamientos M50 M55		
09.00	Martillo 6 kg	M50 M55
10.10	Peso 6 kg	M50 M55
11.20	Disco 1,5 kg	M50 M55
12.30	Jabalina 700 g	M50 M55
13.40	Martillo Pesado 11,34 kg	M50 M55
Decathlon		
09.00	110 m v.	M40 M45
09.05	110 m v.	M50
09.10	100 m v.	M55
09.15	80 m v.	M60 M65
10.10	Disco	Decathlon
11.30	Pértiga	Decathlon
13.45	Jabalina	Decathlon
14.40	1.500 m	Decathlon
Heptathlon		
10.15	Longitud	Heptathlon
11.25	Jabalina	Heptathlon
12.30	800 m	Heptathlon
10.000m		
09.20	10.000 m	M55
10.10	10.000 m	M50
11.00	10.000 m	M45
11.50	10.000 m	M35 M40
Milla		
12.40	Milla	M70 M75 M85
12.50	Milla	F60 F65 F70
13.00	Milla	F50 F55
13.10	Milla	F35 F40 F45
13.20	Milla	M60 M65

DOMINGO 21 de mayo de 2023		
09.00	Martillo 6 kg	M50 M55
09.00	110 m v.	M40 M45
09.05	110 m v.	M50
09.10	100 m v.	M55
09.15	80 m v.	M60 M65
09.20	10.000 m	M55
10.10	Peso 6 kg	M50 M55
10.10	Disco	Decathlon
10.10	10.000 m	M50
10.15	Longitud	Heptathlon
11.00	10.000 m	M45
11.20	Disco 1,5 kg	M50 M55
11.25	Jabalina	Heptathlon
11.30	Pértiga	Decathlon
11.50	10.000 m	M35 M40
12.30	Jabalina 700 g	M50 M55
12.30	800 m	Heptathlon
12.40	Milla	M70 M75 M85
12.50	Milla	F60 F65 F70
13.00	Milla	F50 F55
13.10	Milla	F35 F40 F45
13.20	Milla	M60 M65
13.40	Martillo Pesado 11,34 kg	M50 M55
13.45	Jabalina	Decathlon
14.40	1.500 m	Decathlon

DOMINGO 21 de mayo de 2023		
09.00	Martillo 6 kg	M50 M55
10.10	Disco	Decathlon
11.20	Disco 1,5 kg	M50 M55
11.25	Jabalina	Heptathlon
12.30	Jabalina 700 g	M50 M55
13.45	Jabalina	Decathlon
13.40	Martillo Pesado 11,34 kg	M50 M55
10.10	Peso 6 kg	M50 M55
11.30	Pértiga	Decathlon
10.15	Longitud	Heptathlon
09.00	110 m v.	M40 M45
09.05	110 m v.	M50
09.10	100 m v.	M55
09.15	80 m v.	M60 M65
09.20	10.000 m	M55
10.10	10.000 m	M50
11.00	10.000 m	M45
11.50	10.000 m	M35 M40
12.30	800 m	Heptathlon
12.40	Milla	M70 M75 M85
12.50	Milla	F60 F65 F70
13.00	Milla	F50 F55
13.10	Milla	F35 F40 F45
13.20	Milla	M60 M65
14.40	1.500 m	Decathlon

Socio Patrocinador RFEA:

Joma

Patrocinador Principal RFEA:

IBERDROLA

Patrocinadores Oficiales RFEA:

GO fit
Life_Science_Tech

LOTERÍAS
del Estado

Halçón
viajes

MONDO

Proveedores Oficiales RFEA:

enovis

RIFESCO
CONSEJO REGULADOR DE ESPAÑA

conersys
SPORTS SOLUTIONS

Instituciones:

COMITÉ OLÍMPICO ESPAÑOL

CONSEJO REGULADOR DE ESPAÑA

RFEA

Avda. de Valladolid, 81, 1º- 28008 Madrid - Tel. 91 548 78 63 - ESatletismo@rfea.es - www.rfea.es