

Campeonato de España Master Pruebas Combinadas, Milla y 10.000 m

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

HORARIO

Versión 1. Miércoles 10

| 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 |

| SÁBADO 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 |

| SÁBADO 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 | F60 F65 F70 |
| 12.50 | Milla | F50 F55 |
| 13.00 | Milla | F35 F40 F45 |
| 13.10 | 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 | F60 F65 F70 |
| 12.50 | Milla | F50 F55 |
| 13.00 | Milla | F35 F40 F45 |
| 13.10 | 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 | F60 F65 F70 |
| 12.50 | Milla | F50 F55 |
| 13.00 | Milla | F35 F40 F45 |
| 13.10 | 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

LOTERIAS
EXTRAORDINARIAS

Halçón
viajes

MONDO

Proveedores Oficiales RFEA:

enovis.

RIESGO
SOLUCIONES

conersys
SPORTS SOLUTIONS

Instituciones:

CCO
COMITÉ OLÍMPICO
ESPANOL

RFEB
REPUBLICA FEDERACION
ESPANOLA DE BALONPUESTO

RFEA

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