

REGLAMENTO DE COMPETICIÓN Y TÉCNICO

Manual de Acceso a Nivel 1 CNJ



Pruebas de Marcha

A decorative graphic featuring a series of parallel white lines that curve from the bottom left towards the top right, creating a sense of motion and depth. The background is a smooth gradient transitioning from light blue at the top to a warm orange at the bottom.

RT 54

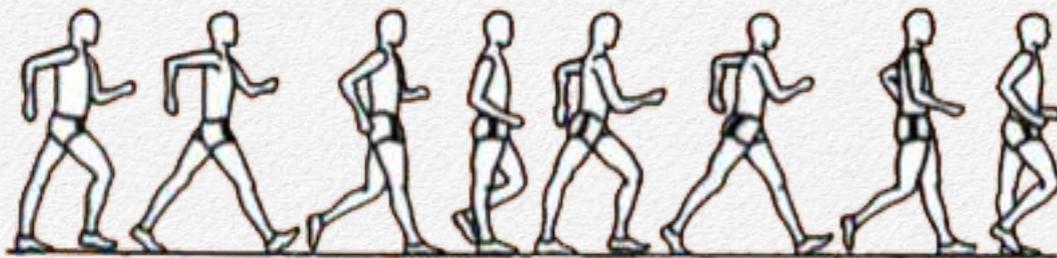
Pruebas de Marcha

Marcha

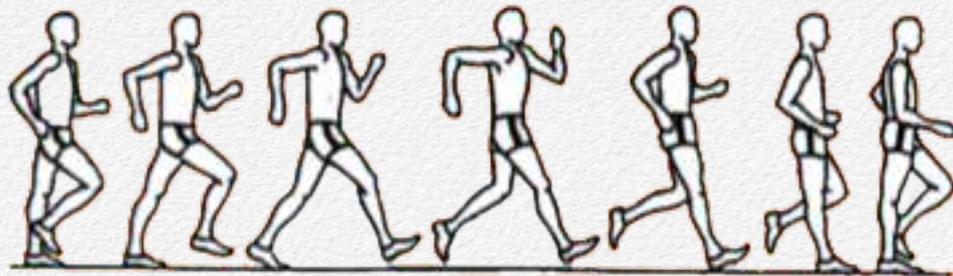
Definición de Marcha

La Marcha es una progresión de pasos ejecutados de modo que el atleta se mantenga en contacto con el suelo, a fin de que no se produzca pérdida de contacto visible (a simple vista).

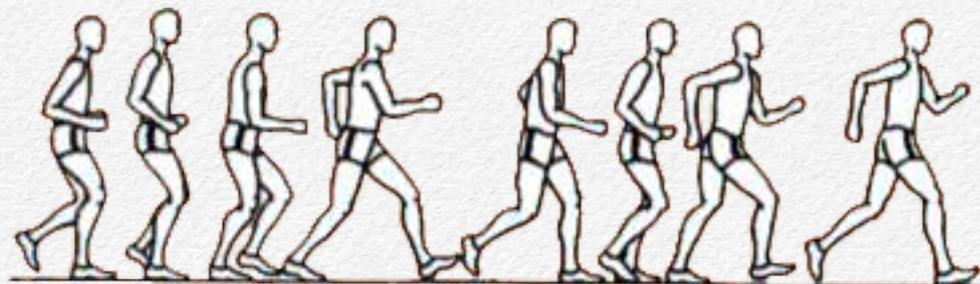
La pierna que avanza debe estar recta, (es decir, no doblada por la rodilla) desde el momento del primer contacto con el suelo hasta que se halle en posición vertical.



Técnica correcta



Pérdida de contacto



Flexión de rodilla

Jueces

Todos los Jueces actuarán individualmente y sus juicios se basarán en observaciones hechas a simple vista.

El Juez Jefe tiene la facultad de descalificar a un atleta en los últimos 100 m., cuando su modo de progresión infrinja obviamente la definición de Marcha, cualquiera que sea el número de tarjetas rojas previas que el Juez Jefe haya recibido para el atleta en cuestión. Un atleta descalificado por el Juez Jefe en estas circunstancias tendrá el derecho de terminar la carrera.

Paleta amarilla

Cuando un Juez no esté completamente satisfecho de que un atleta está cumpliendo con la Definición de Marcha, debe mostrar al atleta, cuando sea posible, una paleta amarilla con el símbolo de la infracción cometida en cada cara.



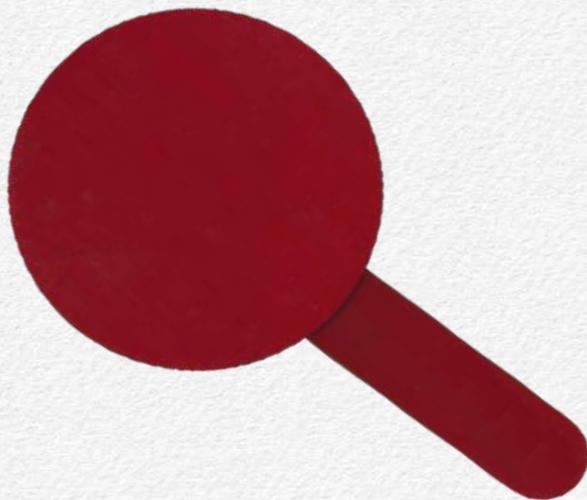
Indica pérdida de contacto



Indica flexión de rodilla

Descalificación

En competiciones sin área de penalización, cuando tres Tarjetas Rojas de tres Jueces diferentes hayan sido enviadas al Juez Jefe sobre el mismo atleta, el atleta será descalificado e informado de esta descalificación por el Juez Jefe o su Adjunto mostrándole una paleta roja.



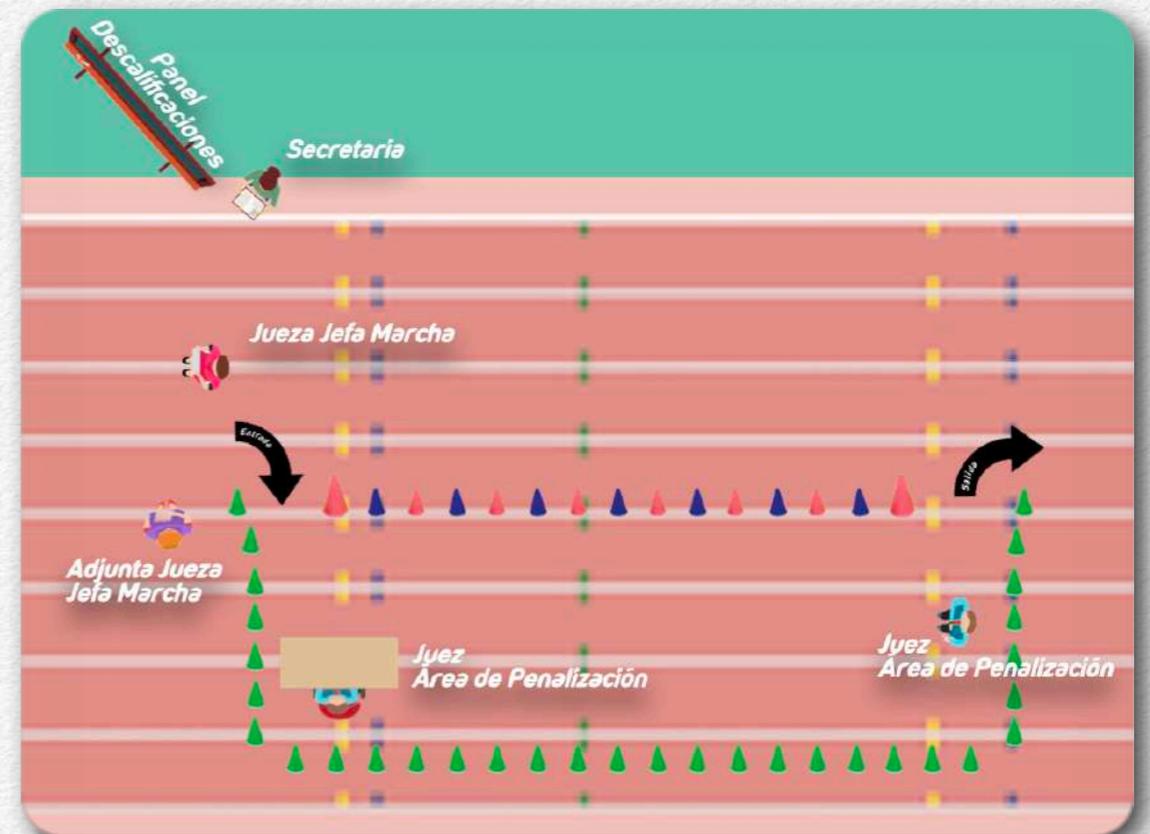
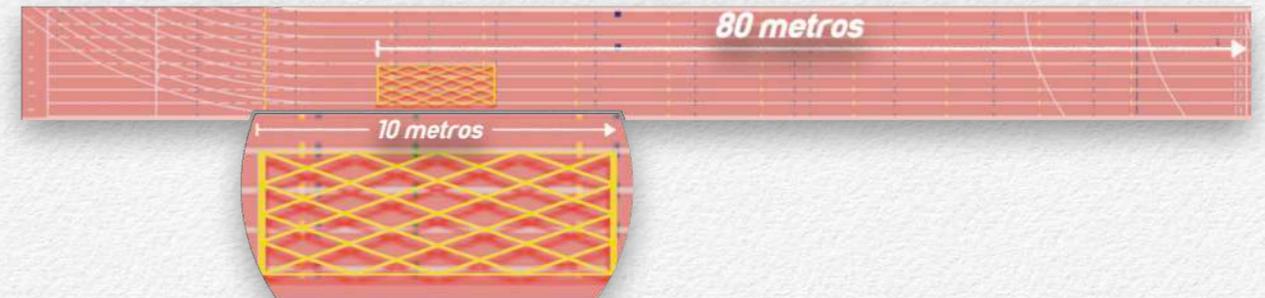
Paleta Roja

La ausencia de notificación no conllevará la recalificación.

En las Carreras en Pista, un atleta que es descalificado tiene que abandonar la pista inmediatamente y, en las Carreras en Carretera, el atleta, inmediatamente después de ser descalificado, se quitará los dorsales de identificación y saldrá del recorrido.

Área de Penalización

Se utilizará un Área de Penalización para cualquier prueba en la que la normativa de la competición lo indique.



El funcionamiento del área de penalización es el siguiente: una vez que un atleta haya recibido tres Tarjetas Rojas y sea notificado por el Juez Jefe o por alguien en quien delegue, se le requerirá a entrar en el Área de Penalización y a permanecer en ella durante el periodo pertinente.

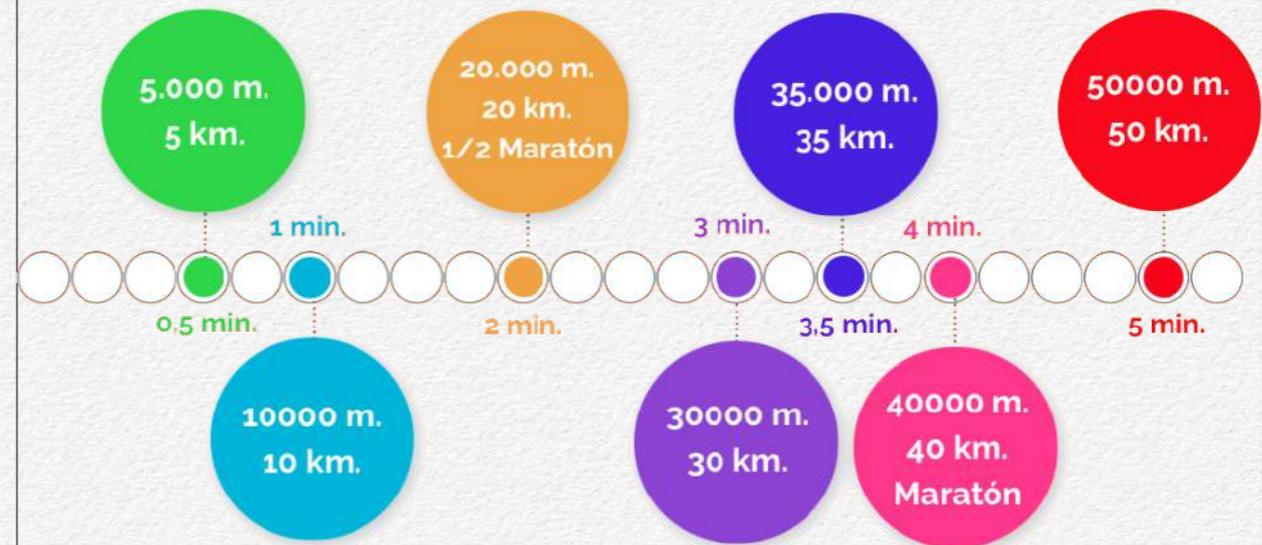
El atleta es libre de parar o continuar moviéndose dentro del área de penalización, sin embargo no habrá bancos ni acceso a aituallamientos, bebidas, esponjas u otro tipo de asistencia, pero la comunicación con los entrenadores está permitida.

El periodo aplicable en el Área de Penalización será el siguiente:

DISTANCIA		PERMANENCIA EN EL ÁREA DE PENALIZACIÓN
Pista	Ruta	
5.000 m.	5 km.	0,5 minutos (30 segundos)
10.000 m.	10 km.	1 minuto
20.000 m.	20 km.	2 minutos
	1/2 Maratón	2 minutos
30.000 m.	30 km.	3 minutos
35.000 m.	35 km.	3,5 minutos (3 minutos y 30 segundos)
40.000 m.	40 km.	4 minutos
	Maratón	4 minutos
50.000 m.	50 km.	5 minutos

Si el atleta llega a meta antes de entrar en el área de penalización, los tiempos aplicables se le añadirán al tiempo realizado en la prueba.

PERIODOS APLICABLES EN EL ÁREA DE PENALIZACIÓN



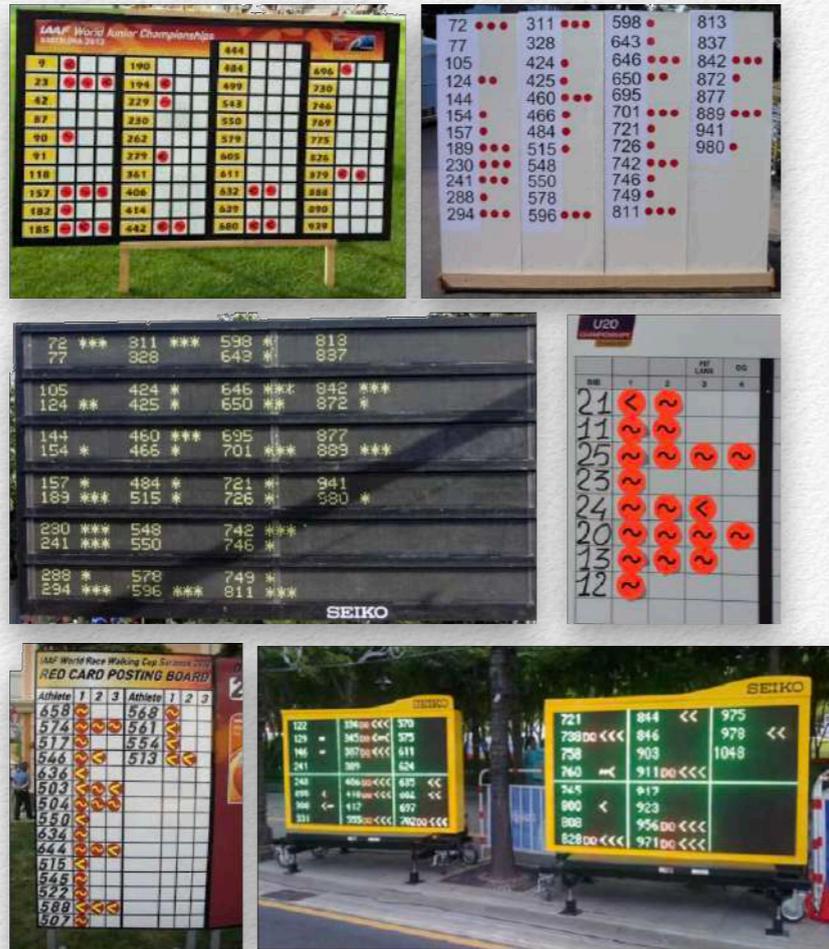
Un atleta que no entre en el Área de Penalización cuando se le requiera o no permanezca en ella el periodo pertinente, será descalificado por el **Juez Árbitro**.

Cuando un mismo atleta haya recibido una 4ª tarjeta roja, de un cuarto juez diferente, ya sea antes de entrar al área de penalización, durante su estancia dentro del área de penalización o una vez haya salido de ella, el atleta será descalificado e informado de esta descalificación por el Juez Jefe o su Adjunto mostrándole una paleta roja. La ausencia de notificación NO conllevará a la

Tablones de Anuncios

Uno o más Tablones de Anuncios se colocará/n en el recorrido y cerca de la llegada para mantener a los atletas informados del número de Tarjetas Rojas que han sido enviadas al Juez Jefe para cada atleta.

El símbolo de cada infracción deberá igualmente indicarse en el Tablón de Anuncios.



Distintos ejemplos de tabloneros de anuncios

El Juez Jefe comunicará al Juez Árbitro, inmediatamente después del final de la prueba, la identidad de todos los atletas descalificados, indicando el número del dorsal, la hora de la notificación y el motivo de las infracciones. Lo mismo deberá hacerse para todos los atletas que hayan recibido Tarjetas Rojas.

JUDGING SUMMARY SHEET (RACE WALKING)

DATE	4	8	20XX	EVENT	CHIEF JUDGE'S NAME																					
Judge's Name	Kinoo CHONG BENG (MAD)											Jean-Pierre DAHM (FRA)	Nicola MARGIO (ITA)	Daniel MICHAUD (CAN)	Pierce O'CALLAGHAN (IRL)	Joseph OCHIENG (KEN)	Dolores RODAS (ESP)	Peter WRIGLEY (NZL)	Chief Judge	Disqualification	Check of Y. Paddles AND DISQUALIFICATIONS					
Number	1		2		3		4		5		6		7		8		Time & Offence	Time	~	<	RC					
Athlete's Number	~	<	RC	~	<	RC	~	<	RC	~	<	RC	~	<	RC	~	<	RC	~	<	RC					
1020	Juan Manuel CANO - ARG - 1:22:10 (22) NR											17:21	17:19	17:45	17:35							3	0	1		
1042	Christopher ERICKSON - AUS - 1:24:19 (38)											17:46			17:36								2	0	0	
1058	Adam RUTTER - AUS - DNF																						0	0	0	
1064	Jared TALLENT - AUS - 1:20:02 (7) SB											18:08			18:00								3	0	0	
1168	Dzianis SIMANOVICH - BLR - 1:20:42 (12) PB											18:10			17:15	17:54							2	0	1	
1170	Ivan TROTSKI - BLR - 1:21:23 (16) SB											17:54	18:10										2	1	1	
1216	Caio BONFIM - BRA - 1:24:45 (39)														17:47	17:40							3	1	0	
1289	Inaki GOMEZ - CAN - 1:20:58 (13) NR											17:15	18:06			18:15	17:15							3	0	1
1334	Yerko ARAYA - CHI - 1:25:27 (41) SB											17:47			17:57	17:30								3	2	1
1342	Zelin CAI - CHN - 1:19:44 (4)														17:17	17:28	18:17							1	0	1
CHECK PAGE	~	<	RC	~	<	RC	~	<	RC	~	<	RC	~	<	RC	~	<	RC	~	<	RC	~	<	RC		
TOTAL	1	0	1	6	1	0	1	0	0	4	1	2	5	0	1	0	0	0	5	0	2	0	2	0		
CHECK	~	<	RC	~	<	RC	~	<	RC	~	<	RC	~	<	RC	~	<	RC	~	<	RC	~	<	RC		
TOTAL	1	0	1	6	1	0	1	0	0	4	1	2	5	0	1	0	0	0	5	0	2	0	2	0		

ASSISTANTS TO CHIEF JUDGE NAME: Noel CARMODY (GBR) - Catherine TELLING (GBR)
 RECORDER'S NAME: Luis SALADIE (ESP)
 Issued at 19:07 on 31/5/20 Page: 1

Hoja Resumen del Juez Jefe de Marcha

En los resultados oficiales aparecerán las infracciones y su motivos, así como los tiempos añadidos si el atleta llega a meta antes de entrar en la zona de penalización.



Tokyo (JPN)
13-21 September 2025

RESULTS / リザルト

35km Race Walk Women - Final / 女子35km競歩 決勝

RECORDS	RESULT	NAME	AGE	VENUE	DATE
World Record WR	2:37:15	María PÉREZ	ESP 27	Podebrady (CZE)	21 May 2023
Championships Record CR	2:38:40	María PÉREZ	ESP 27	Budapest (HUN)	24 Aug 2023
World Leading WL	2:38:59	María PÉREZ	ESP 29	Podebrady (CZE)	18 May 2025
Area Record AR					
National Record NR					
Personal Best PB					
Season Best SB					

13 September 2025 07:30 START TIME 26° C TEMPERATURE 77% HUMIDITY
10:52 END TIME 29° C 65%

PLACE	BIB	NAME	DATE of BIRTH	RESULT	RED CARDS
1	126	María PÉREZ マリア・ペレス	ESP 29 Apr 96	2:39:01	~
2	145	Antonella PALMISANO アントネラ・バルミザノ	ITA 6 Aug 91	2:42:24	+ 3:23
3	121	Paula Milena TORRES パウラミレナ・トレス	ECU 17 Oct 00	2:42:44	NR + 3:43 ~ ~
4	112	Li PENG 彭莉	CHN 27 Aug 02	2:43:29	PB + 4:28
5	166	Katarzyna ZDZIEBŁO カタジナ・ジェボ	POL 28 Nov 96	2:44:37	SB + 5:36 ~
6	123	Raquel GONZÁLEZ ラケル・ゴンサレス	ESP 16 Nov 89	2:45:41	SB + 6:40
7	125	Cristina MONTESINOS クリスティナ・モンテシノス	ESP 12 Jul 94	2:46:44	+ 7:43
8	178	Hanna SHEVCHUK ハンナ・シェフチュク	UKR 18 Jul 96	2:49:44	+ 10:43 ~
9	101	Rebecca HENDERSON レベッカ・ヘンダーソン	AUS 4 Jul 01	2:50:03	+ 11:02 ~
10	163	Kimberly GARCÍA LEÓN キンベルリ・ガルシアレオン	PER 19 Oct 93	2:50:37	+ 11:36
11	141	Nicole COLOMBI ニコル・コロンビ	ITA 29 Dec 95	2:51:04	+ 12:03
12	172	Hana BURZALOVÁ ハナ・ブルザロバ	SVK 3 Nov 00	2:51:15	+ 12:14
13	106	Viviane LYRA ビビアーネ・リラ	BRA 29 Jul 93	2:51:16	+ 12:15
14	104	Olivia SANDERY オリビア・サンデリー	AUS 22 Jan 03	2:51:43	+ 12:42 ~
15	150	Yukiko UMENO 梅野 倭子	JPN 8 Jan 03	2:56:28	+ 17:27
16	115	Hang YIN コウ・イン	CHN 7 Feb 97	2:56:51	+ 17:50 > >
17	143	Eleonora Anna GIORGI エレオノラアンナ・ジョルジ	ITA 14 Sep 89	2:58:50 P23.5	+ 19:49 ~ ~ ~
18	132	Olga FIASKA オルガ・フィアスカ	GRE 9 Nov 01	2:59:59	SB + 20:58
19	103	Allanah PITCHER アラナ・ピッチャー	AUS 19 Sep 03	3:00:08	+ 21:07
20	151	Maika YAGI 矢来 舞香	JPN 21 Jan 99	3:01:27	+ 22:26
21	147	Masumi FUCHISE 淵瀬 真寿美	JPN 2 Sep 86	3:03:29	+ 24:28
22	183	María MICHTA-COFFEY マリア・ミクタコフィー	USA 23 Jun 86	3:05:02	SB + 26:01

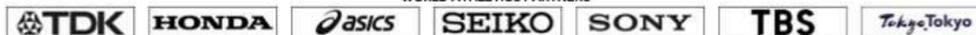
Timing by SEIKO

AT-35KR-W-f--1--.RS1..v1

Issued at 10:55 on Saturday, 13 September 2025

1 3

WORLD ATHLETICS PARTNERS



Tokyo (JPN)
13-21 September 2025

RESULTS / リザルト

35km Race Walk Women - Final / 女子35km競歩 決勝

23	119	Karla JARAMILLO カルラ・ハラミージョ	ECU 21 Jan 97	3:05:03	+ 26:02
24	140	PRIYANKA プリヤンカ	IND 10 Mar 96	3:05:58 P23.5	+ 26:57 > > >
25	165	Agnieszka ELLWARD アニエスカ・エルウッド	POL 26 Mar 89	3:08:21	+ 29:20
26	109	Mayara Luize VICENTAINER マヤラルイゼ・ビセンタイネル	BRA 3 Feb 91	3:08:54	+ 29:53
27	168	Joana PONTES ジョアナ・ポンテス	POR 22 Mar 00	3:09:07	PB + 30:06
28	111	Li MA シケン・バ	CHN 15 Jan 00	3:09:32	+ 30:31
29	173	Ema HAČUNDOVÁ エマ・ハチュンドバ	SVK 5 Mar 99	3:10:21	+ 31:20
30	182	Miranda MELVILLE マランダ・メルビル	USA 20 Mar 89	3:12:07	+ 33:06
31	162	Brigitte COAQUIRA ALBARRACIN ブリジット・コアキラアルバラシン	PER 28 Aug 99	3:13:22	+ 34:21
32	179	Katie BURNETT ケイティ・バーネット	USA 7 Oct 88	3:14:13	+ 35:12
33	175	Kader GÜVENÇ カデル・ギュヴェンチ	TUR 27 Nov 01	3:14:46	PB + 35:45 >
34	171	Jessica GROENEWALD ジェシカ・グローネヴァルト	RSA 22 Apr 92	3:16:03	+ 37:02
35	153	Polina REPINA ポリーナ・レピーナ	KAZ 29 Jun 90	3:20:00	+ 40:59 > >
36	107	Eliany PEREIRA エリアナイ・ペレイラ	BRA 11 May 84	3:20:32	+ 41:31
37	131	Sofia ALIKANIOTI ソフィア・アリカニオティ	GRE 27 Apr 98	3:21:06	+ 42:05
38	170	Naomi GARCIA ナオミ・ガルシア	PUR 30 Mar 98	3:21:57	+ 42:56 >
161		Mary Luz ANDIA マリールス・アンディア	PER 9 Nov 00	DNF	
138		Viktória MADARÁSZ ビクトリア・マダラス	HUN 12 May 85	DNF	
134		Antigoni NTRISPIOTI アンティゴニ・ドリスピオティ	GRE 21 Mar 84	DNF	
120		Johana ORDÓÑEZ ホアナ・オルドニェス	ECU 12 Dec 87	DNF	
159		Valeria ORTUÑO バレリア・オルトゥニョ	MEX 27 May 98	DNF	
160		Karla Ximena SERRANO カーラヒメナ・セラノ	MEX 14 Apr 04	DNF	
155		Galina YAKUSHEVA ガリナ・ヤクシェワ	KAZ 14 Jul 88	DNF	
110		Olivia LUNDMAN オリビア・ランドマン	CAN 3 Jan 03	DQ TR54.7.5	> > > > ~
156		Alegna GONZÁLEZ アレグナ・ゴンサレス	MEX 2 Jan 99	DNS	

NOTE BIB 140 (PRIYANKA) - 3.5 min. Penalty Zone
BIB 143 (Eleonora Anna GIORGI) - 3.5 min. Penalty Zone
WA Rule TR54.7.5 - Fourth red card / レッドカード4枚目

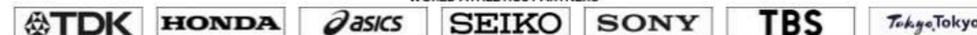
Timing by SEIKO

AT-35KR-W-f--1--.RS1..v1

Issued at 10:55 on Saturday, 13 September 2025

2 3

WORLD ATHLETICS PARTNERS



Resultados oficiales de la prueba 35 km. Marcha en los pasados Campeonatos del Mundo celebrados en Tokyo.

Esta comunicación puede hacerse mediante aparatos informáticos.



Aparatos informáticos portátiles de transmisión

Salida

Las carreras se comenzarán con el disparo de una pistola, un cañón o bocina o poniendo en marcha otra señal de salida inconfundible e inequívoca adecuada para la competición pertinente.

Si no es una pistola, cañón o bocina, la señal de salida deberá ser aprobada con antelación. Se utilizarán las voces de las carreras superiores a 400 m.

En las carreras donde haya un gran número de atletas, deberían darse avisos cinco minutos, tres minutos y un minuto antes de la salida.

A la voz de “A sus puestos”, los atletas se reunirán sobre la línea de salida del modo establecido por los Organizadores.

El Juez de Salidas debe asegurarse de que ningún atleta tiene su pie (o cualquier parte de su cuerpo) en contacto con la línea de salida o el suelo delante de la línea, y entonces dará la salida de la carrera.

Puestos de Esponjas/Bebidas y Aituallamientos en Pruebas de Marcha en Carretera

En la salida y llegada de todas las carreras habrá agua y otros aituallamientos apropiados.

Los aituallamientos, que pueden suministrarse bien sea por los Organizadores o por los atletas, se colocarán en los puestos de modo que los atletas tengan fácil acceso a ellos, o puedan ser entregados en sus manos por personas autorizadas.

Los Organizadores delimitarán, con vallas, mesas o marcas en el suelo, la zona en la que se pueden recibir o entregar aituallamientos.

Las personas autorizadas pueden entregar en mano el avituallamiento al atleta desde atrás o desde una posición a no más de un metro al lado de la mesa, pero nunca delante de la misma. No pueden entrar en el recorrido ni obstruir a ningún atleta.

Ningún oficial ni persona autorizada podrá, bajo ninguna circunstancia, desplazarse al lado del atleta mientras éste esté tomando el avituallamiento o agua.

Un atleta puede, en cualquier momento, llevar agua o avituallamiento en la mano o unido a su cuerpo, siempre que lo lleve desde la salida o lo haya recogido o recibido en un puesto oficial.

Un atleta que reciba o recoja avituallamientos o agua en cualquier otro lugar que no sea los puestos oficiales, excepto cuando se suministren por razones médicas por o bajo la dirección de los Oficiales de la prueba o que coja el avituallamiento que sea de otro atleta, debería, para una primera infracción de esta naturaleza, ser advertido por el Juez Árbitro normalmente mostrándole una tarjeta amarilla. Para una segunda infracción, el Juez Árbitro deberá descalificar al atleta, normalmente mostrando una tarjeta roja. El atleta deberá entonces abandonar el recorrido inmediatamente.

Vestimenta

Para facilitar el trabajo de los jueces de marcha, el atleta no puede competir con vestimenta que cubra las rodillas.

Bibliografía

Competition and Technical Rules. *World Athletics*. 2024

Competition and Technical Rule Amendments September 2025. *World Athletics*. 2025

Reglamento de Competición y Técnico. *World Athletics*. 2024

Marcha. Una Guía para el Juzgamiento y la Organización. *IAAF*. 2016.

El Jurado de Marcha. Guía y Directrices del Comité Nacional de Jueces. *RFEA-CNJ*. 2025

www.worldathletics.com

www.atletismorfea.es/competicon/cnj

www.european-athletics.com/home

PRUEBAS DE MARCHA

Elaborado por la Comisión de Formación del CNJ para las pruebas de acceso a la Categoría Nivel 1 del CNJ.

COMISIÓN DE FORMACIÓN: Gemma Castaño (Presidenta del CNJ), Maribel García, Loreto Pérez, Guillem Pera, Francisco Hervás y Jesús Martínez.

© 2025

