

Campeonato de España de 10.000 m (Absoluto y sub-23) y 5.000 m (sub-20 y sub-18)

CLAUSULA DE GÉNERO

La Real Federación Española de Atletismo (RFEA) 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 presente reglamento se entenderán referidas también a su correspondiente femenino, salvo aquellos supuestos en que específicamente se haga constar que se refiere a uno u otro género.

CLAUSULA DIFUSION IMÁGENES MENORES.

La difusión de imágenes de los atletas menores de edad está protegida, y su uso cualquiera que sea su finalidad debe en todo caso ser autorizada expresamente por la RFEA o cualquier titular de estas. Su uso o publicación no autorizada ya sea en RRSS o en cualquier otro tipo de medio se encuentra EXPRESAMENTE PROHIBIDA, siendo responsable el autor de cualquier infracción que dicho uso pudiera conllevar.

Art.1) La Real Federación Española de Atletismo, en colaboración con la Federación de Atletismo de las Islas Baleares, organizará el Campeonato de España de 10.000 m (Absoluto y Sub-23) y 5.000 m (Sub-20 y Sub-18) que se celebrará el 9 de mayo en Mahón (Menorca).

Art. 2) Se disputarán las siguientes pruebas:

| Categoría | Hombres | Mujeres |
|-----------------|----------|----------|
| Absoluto | 10.000 m | 10.000 m |
| Sub-23 | 10.000 m | 10.000 m |
| Sub-20 | 5.000 m | 5.000 m |
| Sub-18 | 5.000 m | 5.000 m |

Art. 3) MÍNIMAS DE PARTICIPACIÓN

Podrán participar los/as atletas que hayan conseguido durante la temporada 2025 o 2026 (hasta el 26 de abril) las siguientes marcas mínimas (o puesto en el Campeonato de España Individual de Campo a Través 2026):

| ABSOLUTO | 10.000 m / 10 km | 5.000 m | 3.000 m | Campo a Través |
|-------------------------|------------------|----------|----------|----------------|
| 10.000 m Hombres | 30:00.00 | 13:55.00 | | 12 primeros |
| 10.000 m Mujeres | 35:00.00 | 16:10.00 | | 12 primeros |
| SUB-23 | | | | |
| 10.000 m Hombres | 31:30.00 | 14:45.00 | | 8 primeros |
| 10.000 m Mujeres | 37:30.00 | 17:20.00 | | 8 primeros |
| SUB-20 | | | | |
| 5.000 m Hombres | | 15:00.00 | 8:30.00 | 8 primeros |
| 5.000 m Mujeres | | 18:15.00 | 10:15.00 | 8 primeros |
| SUB-18 | | | | |
| 5.000 m Hombres | | 15:50.00 | 8:50.00 | |
| 5.000 m Mujeres | | 18:10.00 | 10:20.00 | |

Las marcas en ruta obtenidas en recorridos en descenso con pendiente superior al 1/1000 no se considerarán como mínima de participación

Art 4) INSCRIPCIONES.

Las inscripciones deberán realizarse a través de la plataforma extranet de la RFEA "[Call Room](#)" hasta las 23:59 del lunes 27 de abril de 2026. El coste de inscripción por cada atleta es de 10€ el cual se deberá abonar mediante domiciliación bancaria a su club (o Federación Autonómica si el atleta fuese independiente)

En el momento de la inscripción se debe seleccionar, en el desplegable, la prueba con la que se desea ser inscrito siendo responsabilidad del club el elegir la que recupere mejor marca o valor de marca. En el caso de que la marca que recupera no sea la esperada contactar con el departamento de competición de la RFEA imansilla@rfea.es

Campeonato de España de 10.000 m (Absoluto y sub-23), 5.000 m (sub-20 y sub-18)

para comprobarlo (siempre antes del cierre de inscripciones).

Art. 5) RETIRADA DE DORSALES

Los dorsales serán recogidos el 9 de mayo en la propia instalación a partir de las 15:00 horas.

Art. 6) HORARIO (PENDIENTE DE CONFIRMACIÓN)

| Cámara de Llamadas | | Salida a Pista | Horario | Prueba | Categoría |
|--------------------|--------|----------------|---------|------------------------------|-----------|
| Apertura | Cierre | | | | |
| 16:25 | 16:35 | 16:40 | 16:45 | 5.000 m Sub-18 | Hombres |
| 16:50 | 17:00 | 17:05 | 17:10 | 5.000 m Sub-18 y Sub-20 | Mujeres |
| 17:15 | 17:25 | 17:30 | 17:35 | 5.000 m Sub-20 | Hombres |
| 17:45 | 17:55 | 18:00 | 18:05 | 10.000 m B (Sub-23) | Hombres |
| 18:25 | 18:35 | 18:40 | 18:45 | 10.000 m (Absoluto y Sub-23) | Mujeres |
| 19:10 | 19:20 | 19:25 | 19:30 | 10.000 m A (Absoluto) | Hombres |

La distribución de series se hará teniendo en cuenta el nivel deportivo de los atletas y sus categorías. En el caso de que atletas de la misma categoría compitan en diferente serie la clasificación del Campeonato de España se hará por el cómputo total de tiempos que haga cada atleta en la serie que le hubiese correspondido.

Art. 6) PREMIOS

Los atletas clasificados, 1º, 2º y 3º, recibirán de la RFEA la medalla dorada, plateada y bronceada respectivamente.