REGLAMENTO DE COMPETICIÓN Y TÉCNICO

Manual de Acceso a Nivel 1 CNJ

Noviembre 2026

CNJ

RFEA ATLETISMO

COMITÉ NACIONAL DE JUECES

Pruebas de Marcha

RT 54

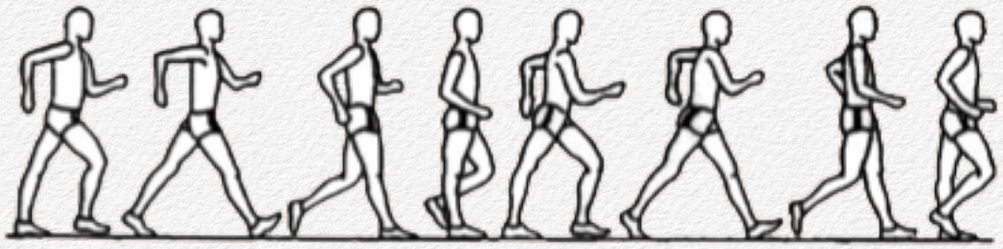
Pruebas de Marcha

Marcha

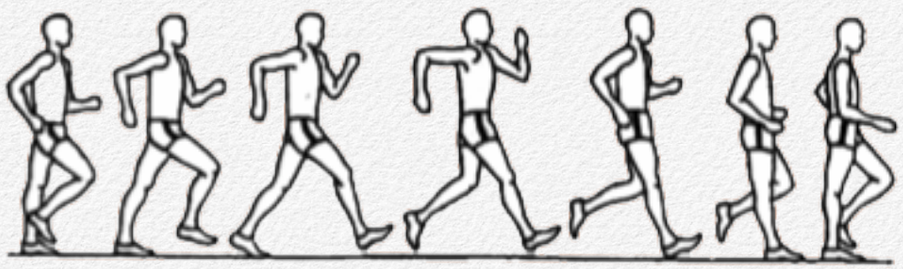
Definición de Marcha

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).

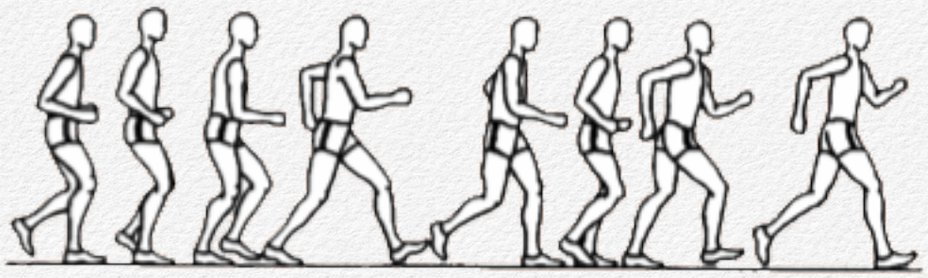
La pierna que avanza debe estar recta, (es decir, no doblada por la rodilla) desde el momento del primer contacto con el suelo hasta que se halle en posición vertical.



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

Un atleta no puede recibir una segunda paleta amarilla del mismo juez por la misma infracción.

El juez debe informar al Juez Jefe, al acabar la competición, de todas las paletas amarillas que ha mostrado.



Ejemplo de impreso para la anotación de las paletas amarillas mostradas

Tarjetas Rojas

Cuando un Juez observa a un atleta infringiendo la Definición de Marcha, bien mostrando una pérdida visible de contacto o la rodilla doblada en cualquier parte de la competición, el Juez enviará una Tarjeta Roja al Juez Jefe, indicando el número del Juez, el identificador del dorsal del atleta, la infracción y el momento en que se emitió la Tarjeta Roja.

Cada Tarjeta Roja, incluida la Tarjeta Roja que resulte en la descalificación del atleta, entra en vigor en el momento en que la emite el Juez.



Ejemplo de una Tarjeta Roja

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.



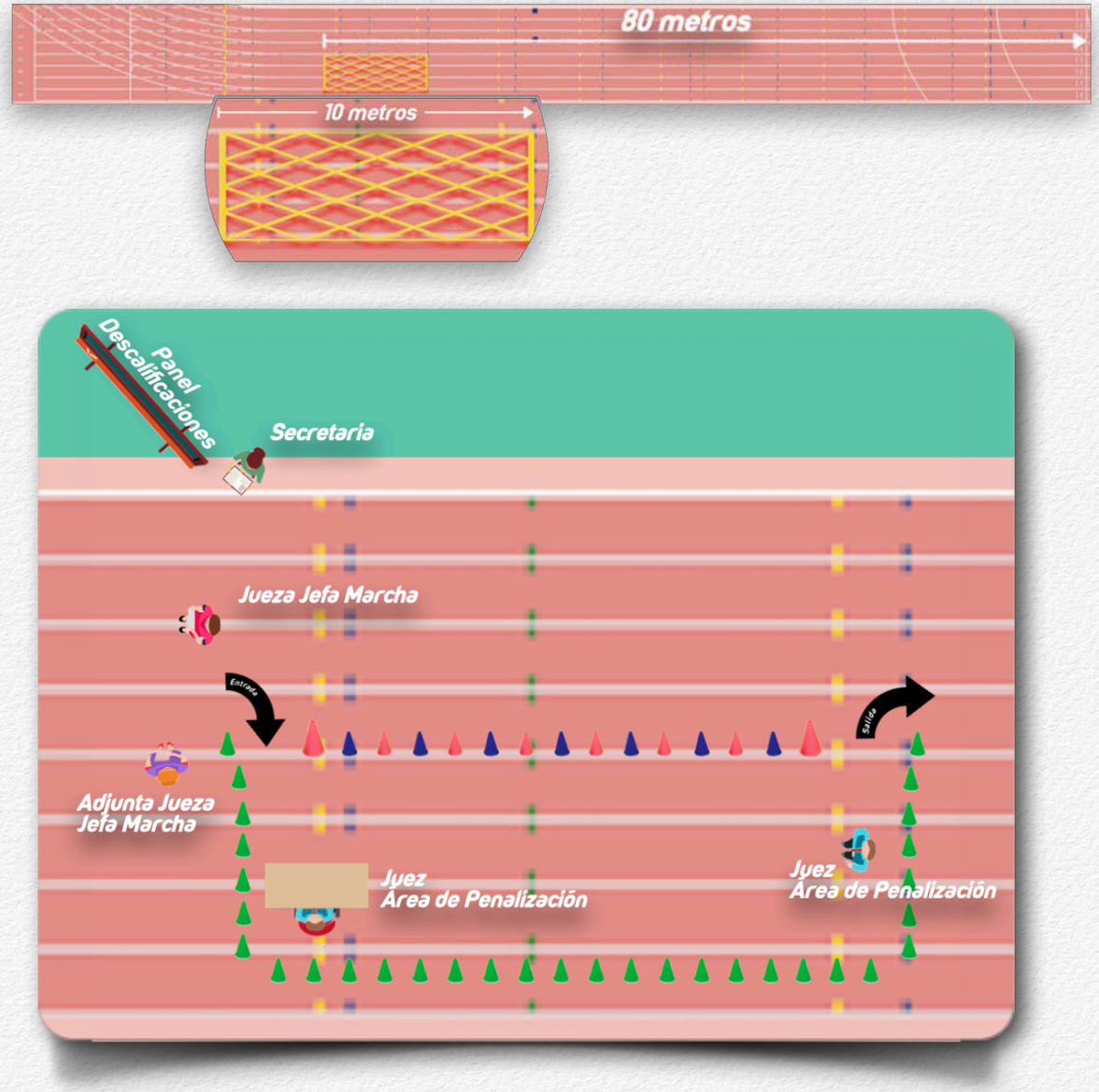
Paleta Roja

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.

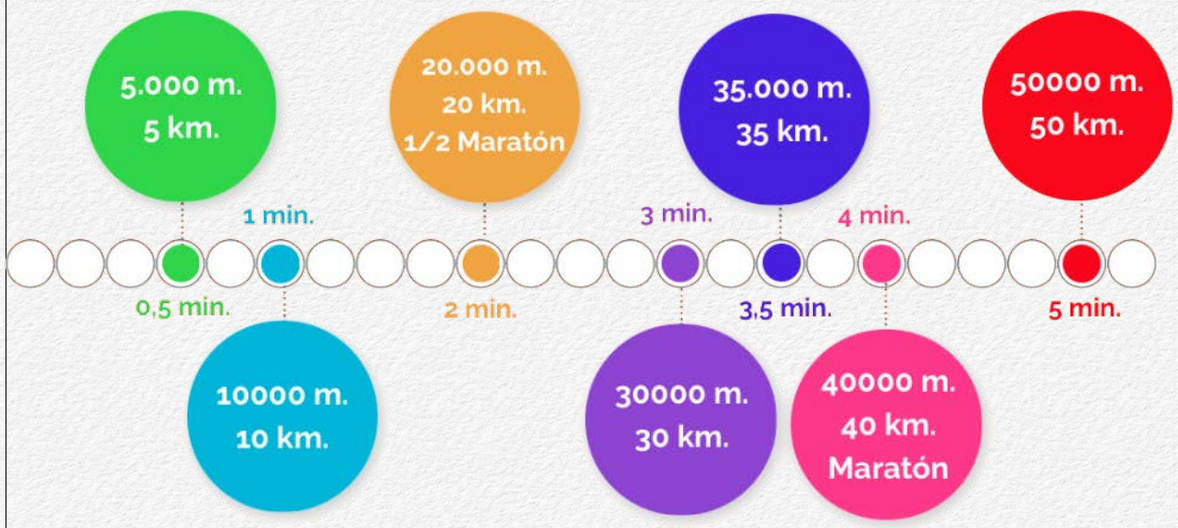
El atleta es libre de parar o continuar moviéndose dentro del área de penalización, sin embargo no habrá bancos ni acceso a avituallamientos, bebidas, esponjas u otro tipo de asistencia, pero la comunicación con los entrenadores está permitida.

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
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**



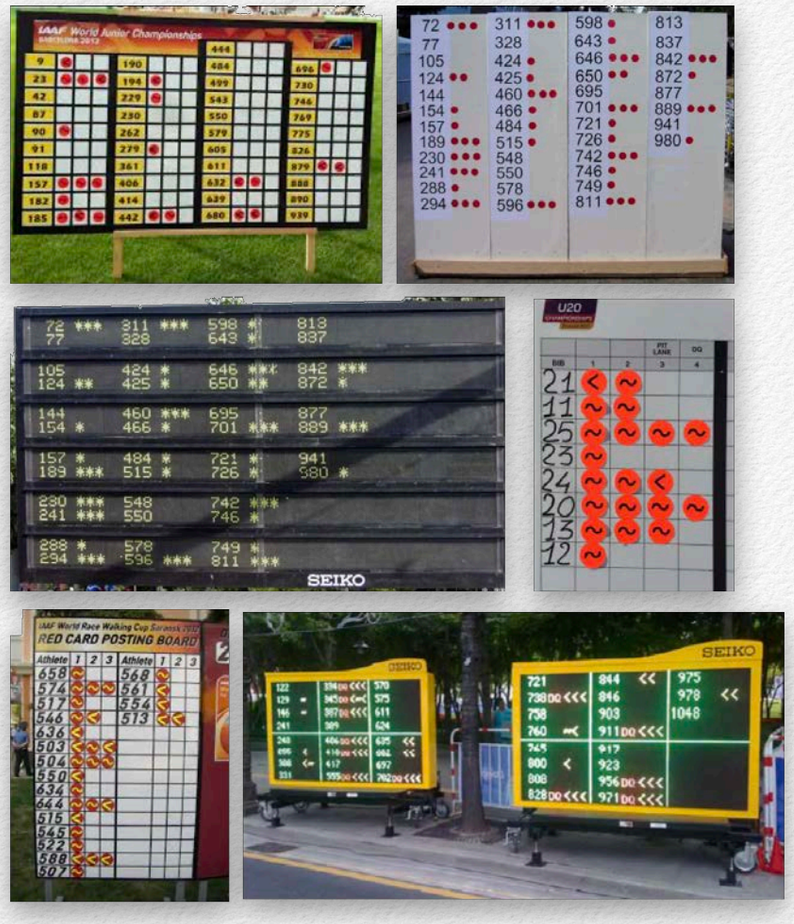
Un atleta que no entre en el Área de Penalización cuando se le requiera o no permanezca en ella el periodo pertinente, será descalificado por el **Juez Árbitro.**

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 tablones 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: Steve TAYLOR (GBR)

Judge's Name	Khoo CHONG BENG (MAD)	Jean-Pierre DAHM (FRA)	Nicola MAGGIO (ITA)	Daniel MICHAUD (CAN)	Pierce O'CALLAGHAN (IRL)	Joseph OCHIENG (KEN)	Dolores ROJAS (ESP)	Peter WRIGLEY (NZL)	Chief Judge	Deputation	CHECK OF Y. PaddleS AND DISQUALIFICATIONS
Number	1	2	3	4	5	6	7	8			
Athlete's Number	Y. Paddle ~ < / RC	Y. Paddle ~ < / RC	Y. Paddle ~ < / RC	Y. Paddle ~ < / RC	Y. Paddle ~ < / RC	Y. Paddle ~ < / RC	Y. Paddle ~ < / RC	Y. Paddle ~ < / RC	Time & Offence	Time	~ < 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		18:02				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					17:35	18:00 ~			2 1 1
1216 Caio BONFIM - BRA - 1:24:45 (39)			17:54	17:47	17:40			17:17			3 1 0
1289 Inaki GOMEZ - CAN - 1:20:58 (13) NR	17:15			18:15	17:15						3 0 1
	18:06 ~										
1334 Yerko ARAYA - CHI - 1:25:27 (41) SB		17:47		17:57	17:30		17:17	17:28 ~			3 2 1
								18:17			
1342 Zelin CAI - CHN - 1:19:44 (4)				17:40	17:52 ~						1 0 1

	~	<	RC	~	<	RC	~	<	RC	~	<	RC	~	<	RC	~	<	RC	~	<	RC	~	<	RC	~	<	RC	~ < RC
CHECK PAGE	1	0	1	6	1	0	1	0	0	4	1	2	5	0	1	0	0	0	5	0	2	0	2	0				22 4 6
CHECK 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	22	4	6	22 4 6

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.

WORLD ATHLETICS CHAMPIONSHIPS TOKYO 25

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・パルミザノ	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・シェプチュク	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　倖子	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** PZ3.5		+ 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** 渕瀬　真寿美	JPN	2 Sep 86	**3:03:29**		+ 24:28
22	183	**Maria MICHTA-COFFEY** マリア・ミクタコフィー	USA	23 Jun 86	**3:05:02**	SB	+ 26:01

WORLD ATHLETICS PARTNERS
TDK HONDA asics SEIKO SONY TBS Tokyo Tokyo

WORLD ATHLETICS CHAMPIONSHIPS TOKYO 25

Tokyo (JPN)
13-21 September 2025

RESULTS / リザルト
35km Race Walk Women - Final / 女子35km競歩　決勝

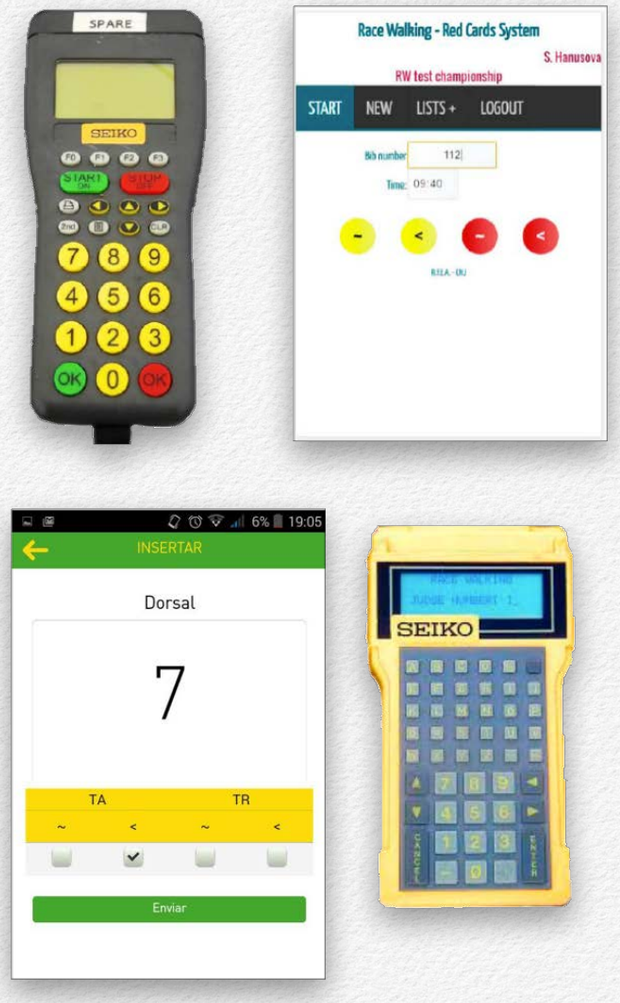
23	119	**Karla JARAMILLO** カルラ・ハラミージョ	ECU	21 Jan 97	**3:05:03**		+ 26:02
24	140	**PRIYANKA** プリヤンカ	IND	10 Mar 96	**3:05:58** PZ3.5		+ 26:57 > > >
25	165	**Agnieszka ELLWARD** アニエスカ・エルウッド	POL	26 Mar 89	**3:08:21**		+ 29:20
26	109	**Mayara Luize VICENTAINER** マヤラルイゼ・ビセンタイネル	BRA	3 Feb 91	**3:08:54**		+ 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	**Elianay 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 NTRISMPIOTI** 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・セラーノ	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

WORLD ATHLETICS PARTNERS
TDK HONDA asics SEIKO SONY TBS Tokyo Tokyo

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 Avituallamientos en Pruebas de Marcha en Carretera

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

Los avituallamientos, 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 avituallamientos.

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.

Desarrollo de la Prueba

Un atleta podrá abandonar el recorrido marcado con el permiso y bajo supervisión de un oficial, siempre que al dejar el recorrido no sea disminuida la distancia a recorrer.

Si el Juez Árbitro está conforme con el informe de un Juez o de un Juez Auxiliar o de otro modo, de que un atleta ha dejado el recorrido marcado, reduciendo así la distancia a recorrer, el atleta será descalificado.

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. 2026

Reglamento de Competición y Técnico. World Athletics. 2026

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, Amaia Azkorra, Guillem Pera, Francisco Hervás y Jesús Martínez.

© 2026

CNJ
RFEA ATLETISMO
COMITÉ NACIONAL DE JUECES