

REGLAMENT CAMPIONATS D'ESPANYA AIRE LLIURE 2026

CATEGORIA ABSOLUTA

Campionat d'Espanya aire lliure pista:

L'entitat abonarà el 100% del desplaçament i allotjament, sota l'organització del club, a tots els atletes que aconseguixin la marca mínima o mínima de repesca establertes pel club:

HOMES		CAMP. ESPANYA	DONES	
ABSOLUT		CATEGORIA	ABSOLUT	
MINIMA R	MINIMA	PROVA	MINIMA	MINIMA R
10.75	10.50	100m	11.75	12.15
21.70	21.15	200m	24.15	25.15
48.00	46.75	400m	54.00	56.00
1:51.00	1:47.50	800m	2:06.00	2:11.50
3:48.00	3:42.00	1500m	4:20.00	4:34.00
14:20.00	13:45.00	5000m	15:55.00	16:40.00
14.85	14.25	110/100 m tanques	13.80	14.75
53.50	51.75	400m tanques	1:00.00	1:02.75
8:55.00	8:37.50	3000m obstacles	10:25.00	10:40.00
2.06	2.10	Alçada	1.77	1.74
5.10	5.35	Perxa	4.00	3.80
7.30	7.65	Llargada	6.35	5.95
15.00	15.60	Triple	13.00	12.50
16.50	16.75	Pes	14.25	13.00
50.00	54.00	Disc	47.00	44.00
60.00	63.00	Martell	58.00	53.00
64.00	69.00	Javelina	47.00	44.00
6400	7200	Decatló / Heptatló	5200	4550
45:00.00	41:15.00	10000m marxa	47:00.00	50:00.00
Pendent	Pendent	1/2 marató	Pendent	Pendent

Campionat d'Espanya de Milla:

L'entitat abonarà el 100% del desplaçament i allotjament, sota l'organització del club, a tots els atletes que aconseguixin la marca mínima establerta pel club:

HOMES	PROVA	DONES
MINIMA		MINIMA
1:49.00	800m	2:10.00
3:49.00	1500m	4:39.00
4:10.00	Milla	5:00.00
8:10.00	3000m	9:45.00

Club Atlètic Manresa

Campionat d'Espanya de 5k Ruta:

L'entitat abonarà el 100% del desplaçament i allotjament, sota l'organització del club, a tots els atletes que aconseguixin la marca mínima establerta pel club:

HOMES	PROVA	DONES
MINIMA		MINIMA
8:45.00	3000m	10:00.00
15:15.00	5000m	18:10.00
30:30.00	10000m	37:30.00

Campionat d'Espanya de 10k Ruta:

L'entitat abonarà el 100% del desplaçament i allotjament, sota l'organització del club, a tots els atletes que aconseguixin la marca mínima establerta pel club:

HOMES	PROVA	DONES
MINIMA		MINIMA
14:47.00	5000m/5k	17:30.00
30:30.00	10000m /10k	36:00.00
1:09:04	1/2 Marató	1:22:00

Campionat d'Espanya de 10000m en pista:

L'entitat abonarà el 100% del desplaçament i allotjament, sota l'organització del club, a tots els atletes que aconseguixin la marca mínima establerta pel club:

HOMES	PROVA	DONES
MINIMA		MINIMA
13:55.00	5000m/5k	16:10.00
30:00.00	10000m /10k	35.00.00

Campionat d'Espanya de ½ Marató:

L'entitat abonarà el 100% del desplaçament i allotjament, sota l'organització del club, a tots els atletes que aconseguixin la marca mínima establerta pel club:

HOMES	PROVA	DONES
MINIMA		MINIMA
31:00.00	10k	36:00.00
1:10:00	1/2 Marató	1:24:35
2:40:00	Marató	3.00:42

Club Atlètic Manresa

Campionat d'Espanya de Marató:

L'entitat abonarà el 100% del desplaçament i allotjament, sota l'organització del club, a tots els atletes que aconseguixin la marca mínima establerta pel club:

HOMES	PROVA	DONES
MINIMA		MINIMA
1:09:04	1/2 Marató	1:24:35
2:26:37	Marató	3:00:42
31:00.00	10k	36:00:00

Campionat d'Espanya de 50km:

L'entitat abonarà el 100% del desplaçament i allotjament, sota l'organització del club, a tots els atletes que aconseguixin la marca mínima establerta pel club:

HOMES	PROVA	DONES
MINIMA		MINIMA
2.33:11	Marató	3:00:42
3:20:00	50km	3:40:40
1:12:05	1/2 Marató	1:24:35

Campionat d'Espanya de 100km:

L'entitat abonarà el 100% del desplaçament i allotjament, sota l'organització del club, a tots els atletes que aconseguixin la marca mínima establerta pel club:

HOMES	PROVA	DONES
MINIMA		MINIMA
2:26:37	Marató	3:00:42
3:16:30	50km	3:40:40
7:24:14	100km	8:20:14

Campionat d'Espanya de ½ Marató marxa:

L'entitat abonarà el 100% del desplaçament i allotjament, sota l'organització del club, a tots els atletes que aconseguixin la marca mínima establerta pel club:

HOMES	PROVA	DONES
MINIMA		MINIMA
1:37:05	20kmm	1:47:38
46.55.00	10kmm	52:09.00

Club Atlètic Manresa

CATEGORIA Sub23 i Sub20

Campionats d'Espanya d'aire lliure:

L'entitat abonarà el 100% del desplaçament i allotjament, sota l'organització del club, a tots els atletes que aconseguixin la mínima de participació establerta pel club:

HOMES		CAMP. ESPANYA	DONES	
SUB 20	SUB 23	CATEGORIA	SUB 23	SUB 20
MINIMA	MINIMA	PROVA	MINIMA	MINIMA
10.85	10.75	100m	12.05	12.30
22.00	21.75	200m	24.85	25.20
48.75	48.00	400m	56.25	57.10
1:52.50	1:50.25	800m	2:11.00	2:15.00
3:54.00	3:50:00	1500m	4:35.00	4:45.00
8:17.00		3000m		10:10.00
	14:25.00	5000m	17:20.00	
15.00	14.75	110/100 m tanques	14.40	15.00
56.00	54.25	400m tanques	1:03.00	1:05.50
9:25.00	9.10.00	3000m obstacles	11:10.00	11:55.00
1.95	2.04	Alçada	1.68	1.68
4.70	4.95	Perxa	3.55	3.45
7.10	7.40	Llargada	5.85	5.70
14.50	14.70	Triple	12.00	11.85
14.25	14.30	Pes	12.25	11.50
44.00	44.00	Disc	41.50	38.00
55.00	51.00	Martell	47.00	46.00
56.50	59.00	Javelina	40.00	37.00
6150	6450	Decatló / Heptatló	4300	4200
23:00.00		5000m marxa		26:00.00
46:00.00	46:30.00	10000m marxa	55:15.00	53:30.00
	Pendent	1/2 marató	Pendent	

Club Atlètic Manresa

CATEGORIA Sub18 i Sub16

Campionats d'Espanya d'aire lliure:

L'entitat abonarà el 100% del desplaçament i allotjament, sota l'organització del club, a tots els atletes que participin en el campionat.

HOMES		CAMP. ESPANYA	DONES	
SUB 16	SUB 18	CATEGORIA	SUB 18	SUB 16
MINIMA	MINIMA	PROVA	MINIMA	MINIMA
11.45	11.05	100m	12.25	12.55
	22.40	200m	25.25	
36.75		300m		41.30
	49.75	400m	57.75	
1:26.00		600m		1:37.50
	1:55.00	800m	2:15.50	
2:40.00		1000m		3:03.00
	4:02.00	1500m	4:47.00	
9:08.00	8:45.00	3000m	10:20.00	10:30.00
14.50	14.80	110/100 m tanques	14.75	15.20
41.50		300m tanques		46.25
	56.25	400m tanques	1:05.50	
4:33.00		1500m obstacles		5:17.50
	6:00.00	2000m obstacles	7:20.00	
1.81	1.93	Alçada	1.65	1.63
3.75	4.25	Perxa	3.40	3.15
6.35	6.80	Llargada	5.70	5.50
12.95	13.90	Triple	11.85	11.45
14.00	14.75	Pes	12.85	11.50
47.00	44.50	Disc	36.00	36.00
45.50	54.00	Martell	50.50	44.50
46.00	54.50	Javelina	40.50	37.00
4350		Octatló / Exatló		3400
	5900	Decatló / Heptatló	4500	
14:20.00		3000m marxa		15:20.00
24:45.00	23:20.00	5000m marxa	25:30.00	26:30.00
	49:30.00	10000m marxa	53:00.00	

**Aquesta normativa és aplicable a tots els Campionats, sempre que els atletes viatgin sota l'organització del club. En cap cas s'abonaran despeses d'allotjament o desplaçaments als atletes que viatgin pel seu compte.*

** Els atletes que entrin als campionats amb mínimes de repesca (a excepció de l'absolut), s'intentarà encabir-los amb l'expedició del club, si així ho comuniquen, abonant el 100% de l'import de l'allotjament i desplaçament l'atleta.*

REGLAMENT CAMPIONATS D'ESPANYA CLUBS AIRE LLIURE 2026

Campionats d'Espanya de clubs d'aire lliure en categoria, absolut, Sub20 i Sub16:

L'entitat abonarà el 100% del desplaçament i allotjament, sota l'organització del club, a tots els atletes que siguin convocats a aquestes competicions.

Campionats d'Espanya de clubs d'aire lliure en categoria màster:

L'entitat abonarà les següents quantitats en funció del quilometratge des de Manresa fins a la seu del campionat, establint el següent escalat:

- Fins a 400km: 600€
- De 400km a 900km: 1000€
- > 900km: 1500€

Aquestes quantitats s'abonaran, sempre que l'equip presentat completi el 100% de les proves del campionat.