

## FEDERACIÓN DE ATLETISMO MASTER DE CHILE

### MARCAS MÍNIMAS PARA CAMPEONATOS ZONALES Y NACIONALES

DAMAS								400vallas		
PRUEBAS DE								300vallas		
CAT.	100mts	200mts	400mts	800mts	1500mts	5000mts	100v/80v	200vallas	2000 Obst.	CAT
30	15.0	32.0	1.10	3.00	6.10	25.00	24.0	1.25	10.00	30
35	15.6	33.5	1.15	3.10	6.20	26.00	25.0	1.30	10.30	35
40	16.2	35.0	1.20	3.20	6.40	27.00	20.0	1.35	11.30	40
45	16.8	36.5	1.26	3.30	7.00	28.00	21.0	1.40	12.30	45
50	17.4	38.0	1.34	3.40	7.30	29.00	23.0	1.15	14.00	50
55	18.0	39.5	1.42	3.55	8.00	30.00	25.0	1.20	15.30	55
60	19.0	41.5	1.50	4.10	8.45	31.00	27.0	1.30	17.30	60
65	20.0	43.5	1.58	4.30	9.30	33.00	30.0	1.40	20.00	65
70	22.0	47.0	2.06	4.50	10.15	34.00	34.0	1.50	22.00	70
75	24.0	52.0	2.16	5.20	11.30	36.00	40.0	2.00	24.00	75
80	27.0	60.0	2.30	5.50	13.0	40.00	46.0	2.20	26.00	80

DAMAS										
PRUEBAS DE					4k-3k-2k	1k-0.75k	500-500-400	4k-3k-2k	5000mts	
CAT.	ALTO	LARGO	TRIPLE	PARROCH	BALA	DISCO	JABALINA	MARTILLO	MARCHA	CAT
30	1.20	3.70	8.00	2.00	7.00	19.00	19.00	19.00	36.00	30
35	1.15	3.50	7.50	1.90	6.50	18.00	18.00	18.00	36.30	35
40	1.10	3.30	7.20	1.80	6.00	17.00	17.00	17.00	37.00	40
45	1.05	3.10	6.90	1.70	5.50	16.00	16.00	16.00	37.30	45
50	0.95	2.90	6.60	1.60	6.00	15.00	15.00	15.00	38.00	50
55	0.90	2.70	6.20	1.50	5.50	14.00	14.00	14.00	39.00	55
60	0.85	2.40	5.80	1.40	5.00	13.00	13.00	13.00	40.30	60
65	0.80	2.10	5.40	1.30	4.50	12.00	12.50	12.00	42.00	65
70	0.75	1.80	4.50	1.20	4.00	11.00	11.50	11.00	44.00	70
75	0.70	1.50	4.00	1.10	3.50	10.00	10.00	10.00	46.00	75
80	0.63	1.20	3.00	1.00	3.00	8.00	8.00	8.00	48.00	80