

## FEDERACIÓN DE ATLETISMO MASTER DE CHILE

### MARCAS MÍNIMAS PARA CAMPEONATOS ZONALES Y NACIONALES

VARONES								400vallas		
PRUEBAS DE								300vallas	3000 Obst.	
CAT.	100mts	200mts	400mts	800mts	1500mts	5000mts	100v/80v	200vallas	2000 Obst.	CAT.
30	12.00	24.06	58.00	2.15	4.45	18.30	22.00	1.12	12.00	30
35	12.60	26.60	1.00	2.20	5.00	19.00	23.00	1.17	12.30	35
40	13.00	27.20	1.02	2.26	5.10	20.00	24.50	1.22	13.30	40
45	13.60	28.10	1.05	2.32	5.20	21.30	25.00	1.27	14.30	45
50	14.20	28.60	1.10	2.38	5.30	23.00	23.00	1.32	15.30	50
55	14.80	30.00	1.15	2.46	5.50	24.30	24.00	1.37	16.30	55
60	15.40	32.00	1.20	3.00	6.10	26.00	25.00	1.10	12.00	60
65	16.00	34.00	1.25	3.14	6.50	27.30	26.00	1.15	13.00	65
70	17.50	38.00	1.30	3.35	7.30	30.00	24.00	1.22	15.00	70
75	19.00	44.00	1.40	3.55	8.30	33.00	25.00	1.32	17.00	75
80	24.00	50.00	1.50	4.25	9.30	36.00	28.00	1.45	20.00	80

VARONES								800g-700g				
PRUEBAS DE								7.26-6-5-4-2k-1.5k-1k	100-500-40	7.26-6-5-4-3	5000mts	
CAT.	ALTO	LARGO	TRIPLE	ARROCH	BALA	DISCO	JABALINA	MARTILLO	MARCHA	CAT.		
30	1.45	4.80	10.10	2.70	9.50	28.00	30.00	28.00	33.00	30		
35	1.40	4.60	9.50	2.60	9.00	26.00	28.00	26.00	35.00	35		
40	1.35	4.40	9.00	2.50	8.50	25.00	27.00	25.00	36.00	40		
45	1.30	4.20	8.50	2.40	8.00	24.00	26.00	24.00	37.00	45		
50	1.25	4.00	8.00	2.30	7.50	23.00	25.00	23.00	38.00	50		
55	1.20	3.80	7.50	2.10	7.00	22.00	24.00	22.00	39.00	55		
60	1.15	3.50	7.00	1.90	6.50	21.00	22.00	21.00	40.00	60		
65	1.10	3.20	6.50	1.70	6.00	20.00	20.00	20.00	41.00	65		
70	1.00	2.80	6.00	1.50	5.50	18.00	18.00	18.00	43.00	70		
75	0.90	2.40	5.00	1.40	4.80	16.00	16.00	16.00	44.00	75		
80	0.75	2.00	4.00	1.30	4.00	13.00	13.00	13.00	46.00	80		