



**Federación
Galega de
Atletismo**



Praza Agustín Díaz, s/n - 15008 - A Coruña.
T. +34 981 291 683 - federacion@atletismo.gal
atletismo.gal - carreirasgalegas.com C.I.F. G15103500



**DEPORTE
GALEGO**



Reglamentación tempada 2025



ÍNDICE XERAL

I. DISPOSICIÓN PRELIMINARES	3
Primeira. Obxecto e Licenza FGA.....	3
Segunda. Cláusula de xénero	3
Terceira. Cómputo de prazos.....	3
Cuarta. Categorias tempada 2025	3
Quinta. Competición e campionato.....	4
Sexta. Calendario	4
II. COMPETICIÓN AUTONÓMICAS	5
2.1. Calendario de competicións FGA.....	5
2.2. Normativa Xeral de Competicións Oficiais.....	5
2.2.1. Normativa para competicións organizadas pola FGA.....	9
2.2.2. Inscripcións en Campionatos de Galicia	10
2.2.3. Normas de participación nos Campionatos de Galicia	11
2.2.4. Normas de competición en Campionatos de Galicia.....	13
2.3. Normativas de competición particulares	15
2.3.1. Campo a través, Ruta, Montaña e Trail Running.....	15
2.3.2. Pista Curta	15
2.3.3. Aire Libre	17
2.4. Normativa específica de Master.....	19
2.5. Campionatos de Galicia a celebrar	20
Anexo 1. Xurado mínimo para as probas non organizadas pola FGA.....	22
Anexo 2. Normativa do vestiario da selección galega.	23

I. DISPOSICIÓN PRELIMINARES

Primeira. Obxecto e Licenza FGA

1. O obxecto do presente Regulamento é regular a organización, participación, desenvolvemento e efectos clasificatorios das competicións organizadas, tuteladas ou recoñecidas pola Federación Galega de Atletismo (FGA).
2. Aos efectos do presente Regulamento, denomínase licenza FGA á licenza expedida pola Federación Galega de Atletismo.

Segunda. Cláusula de xénero

A Federación Galega de Atletismo (FGA) garante a igualdade efectiva de homes e mulleres como un dos seus principios básicos de actuación. A tal fin, as mencións xenéricas en masculino que aparecen no articulado do presente Regulamento entenderanse referidas tamén ao seu correspondente feminino, salvo aqueles supostos en que especificamente fágase constar que non o é así.

Terceira. Cómputo de prazos

O concepto “tempada”, a efectos do presente Regulamento, abarca do 1 de xaneiro ao 31 de decembro do ano correspondente, ambos inclusive.

Como norma xeral, e exceptuándose aqueles supostos en que se indique expresamente o contrario, todos os prazos que fagan referencia a materias relacionadas coa organización das competicións computaranse nos termos previstos no artigo 30 da Lei 39/2015, de 1 de outubro, do procedemento administrativo común das Administracións Públicas. No caso dos prazos expresados en días, aclárase que o son sobre días hábiles, excluíndose xa que logo do cómputo os sábados, domingos e os días declarados oficialmente festivos na cidade sé da central da FGA (A Coruña).

Cuarta. Categorías tempada 2025

SENIOR	Nacidos/as desde 2002 ata os 34 anos
SUB 23	Nacidos/as en 2003, 2004 e 2005
SUB 20	Nacidos/as en 2006 e 2007
SUB 18	Nacidos/as en 2008 e 2009
SUB 16	Nacidos/as en 2010 e 2011
SUB 14	Nacidos/as en 2012 e 2013
SUB 12	Nacidos/as en 2014 e 2015
SUB 10	Nacidos/as en 2016 e 2017
SUB 8	Nacidos/as en 2018 e seguintes
MASTER	Desde o día que cumpran 35 anos en tramos de 5 anos segundo idade o día da proba (o primeiro día de competición en Campionatos de varios días). M/F35 (35 a 39 anos) M/F40 (40 a 44 anos) e así sucesivamente.



Quinta. Competición e campionato

Competición: A efectos do presente Regulamento considérase competición ao evento de atletismo que se celebra en Galicia ou resto de España, en unha ou varias xornadas, debidamente autorizado por World Athletics, European Athletics (EA), a Real Federación Española de Atletismo (RFEA) ou pola propia Federación Galega de Atletismo (FGA).

Poderán ser organizadas pola FGA, clubs con licenza pola FGA, Institucións Públicas, Empresas e Asociacións Privadas.

- **Competicións oficiais:** terán carácter oficial as competicións incluídas nos calendarios autonómicos, nacionais e internacionais, nas que se desenvolven, de xeito exclusivo ou principal, unha ou varias probas atléticas, con elaboración de clasificación, resultados finais e determinación de vencedores, sen prexuízo daquelas que poidan adquirir oficialidade polo Consello Superior de Deportes, Xunta de Galicia ou por mandato legal.
- **Competicións non oficiais:** non están incluídas no calendario de competicións oficiais e non producen efectos clasificatorios nin de incorporación ao sistema común de organización competitiva oficial do atletismo.
 - o A esixencia de licenza poderá ser substituída pola doutro título habilitante que, en calquera caso, deberá garantir o aseguramento en similares condicións ás dos titulares de licenza federativa.

A FGA poderá recoñecer, sen efectos clasificatorios nin asunción de responsabilidade algunha sobre elas, determinadas actividades, eventos, probas e outros acontecementos deportivos, non oficiais, con participación de atletas ou entidades deportivas de máis dunha Comunidade Autónoma e/ou de terceiros Estados, cando así o soliciten os organizadores e estívese beneficioso para a promoción do atletismo pola súa entidade, tradición ou repercusión social, mediática e/ou o número ou calidade dos participantes ou asistentes.

Campionato: Cando a clasificación ou resultado dunha competición dea lugar á consecución dun título oficial, previamente establecido, a denominación desta será a de Campionato. Os organizadores de competicións que non reúnan esta condición evitarán utilizar a expresión "Campionato" na denominación dos seus eventos, a fin de evitar xerar confusión nos participantes, espectadores e medios de comunicación.

Sexta. Calendario

O Calendario galego ou nacional de atletismo (tamén denominado Calendario FGA ou RFEA), é o conxunto de competicións oficiais programadas, autorizadas pola FGA ou RFEA, que está previsto que se celebren en Galicia ou resto de España durante a tempada deportiva (entre o 1 de xaneiro e o 31 de decembro).

O Calendario FGA será aprobado anualmente pola Asemblea Xeral da FGA a proposta da Comisión Delegada.

II. COMPETICIÓN AUTÓNOMICAS

A FGA asume integramente os Regulamentos e Normas xerais da RFEA, salvo o que se regula expresamente neste documento.

2.1. Calendario de competicións FGA

- a) O calendario de competicións, aprobado pola asemblea xeral da FGA, e as súas posteriores modificacións poderá consultarse na súa páxina web oficial:

<https://atletismo.gal/>

- b) As solicitudes de inclusión en calendario realizaranse a través de <https://atletismo.gal/>, acompañadas do regulamento da competición, e cunha antelación mínima de 15 días naturais sobre a data de inicio da mesma.

Valorarase a viabilidade da proba e rexeitaranse aquelas que non sexan compatibles co calendario en vigor ou no cumbran co recollido neste documento.

- c) Non poderán incorporarse ao Calendario da FGA:
- As competicións cuxos organizadores deban algunha cantidade á FGA.
 - As competicións cuxos organizadores teñan débedas demostradas a outro colectivo da FGA ou RFEA (premios a atletas de edicións anteriores, representantes de atletas, clubs ou calquera outro) directamente derivadas da participación ou organización de competicións FGA.
- d) Dende a Dirección Técnica da FGA poderán incluírse probas dentro do programa de calquera competición, con carácter excepcional e atendendo a intereses deportivos, sen que supoña un incremento de costes para a organización.

2.2. Normativa Xeral de Competicións Oficiais

- a) A autorización final para poder celebrar unha competición correspóndelles ás autoridades competentes en cada territorio, así como establecer o número de participantes máximo en cada competición. Para iso deberanse considerar todas as medidas de obrigado cumprimento establecidas en cada momento.
- b) Todos os aspectos técnicos reflectidos neste regulamento están suxeitos a modificacións motivadas por:
- Cambios no Regulamento RFEA.
 - Decisións da dirección Técnica debidamente argumentadas.
 - Causas de forza maior.



- c) Para que os resultados das competicións sexan válidos a efectos de ránking galego, mínimas ou récords, cómpre que o Xurado estea composto por membros do Comité Nacional ou Galego de Xuíces seguindo as directrices de xurado mínimo descritas [no anexo 1](#).
- No relativo ás competicións en pista, asemade, compre que se programen e se compita nun mínimo de 3 probas, con polo menos 3 atletas en cada unha de elas. **Quedan exentos deste punto os Campionatos de Galicia.**
- d) As idades e probas a disputar deben axustarse ás probas autorizadas por categoría dispoñibles na [páxina web da RFEA](#) e atendendo ao recollido nas [Normas de competición particulares](#) do presente documento.
- Durante os meses de novembro e decembro autorízase, ós atletas que cambian de categoría na seguinte tempada, a participar coas distancias, medidas e artefactos autorizados da categoría inmediatamente superior.
- e) A responsabilidade das inscricións dos atletas, salvo que sexan independentes, corresponderá ao seu club.

Normativa de probas mixtas en pista

- f) A normativa de competición para **probas mixtas** en pista rexerese baixo [normativa vixente da RFEA](#).
- As remudas mixtas, xunto coas categorías Máster, Sub12 e inferiores, están exentas de limitacións para a celebración de probas mixtas.
 - Agás no indicado no punto anterior e nas probas de concursos, non serán válidos para Récords de Galicia en pista os rexistros obtidos en probas mixtas.

Normativa particular de categorías menores

- g) Saída de tacos e medición do vento en categorías menores non reguladas pola RFEA (Sub8, Sub10, Sub12):
- Permitirase a saída de pé nas probas de velocidade.
 - Non é precisa a utilización de anemómetro.
 - Permitirase unha saída nula por serie.
- h) O anemómetro, para as probas de 80 e 80 valos, situarase a 40 m. da liña de meta, medíndose a velocidade do vento durante 10 segundos dende a saída.



- i) Nas probas de 4x50, 4x60 e 4x80, as zonas de transferencia serán de 30 metros, segundo se recolle na circular 65/2019 da RFEA.
- j) Durante a celebración de calquera Campionato de Galicia oficial, poderán permanecer en pista unicamente os membros do xurado, os atletas que estean participando nalgunha proba e aquelas persoas autorizadas polo Xuíz Árbitro. No caso das probas de atletas SUB 14-12-10-8 admitirase un/a responsable do club por categoría e sexo na zona de competición ou na cámara de chamadas.

Reclamacións sobre os resultados da competición

- k) Poderán realizarse verbalmente ao xuíz árbitro ata 30 minutos despois de ser publicados os resultados da proba en cuestión, sendo válida a publicación dos mesmos por calquera medio (incluído o dixital).
- l) Unha reclamación ao Xurado de Apelación, se estivera contemplado no campionato, será feita por escrito acompañada da cantidade de 50€, na secretaría de competición, dentro dos 30 minutos dende:
 - O anuncio oficial do resultado modificado dunha proba segundo decisión do Xuíz Árbitro.
 - A notificación ás persoas que protestan cando non implique modificación do resultado.
- m) Calquera reclamación relacionada cun erro de transcripción de datos pode aceptarse en calquera momento notificando ao responsable de estatística da FGA ou ao Comité Galego de Xuíces.

Responsabilidade dos organizadores

- n) Os organizadores de calquera competición oficial en pista deberán ter en conta o seguinte:
 1. En ningún caso a inscrición para unha competición poderá pechar a menos de 4 días hábiles antes da proba (se unha proba é un sábado, a inscrición pechará como moi tarde o martes previo, sempre que non teñan ningún festivo no medio).
 2. A organización deberá remitir o listado de atletas admitidos, rexeitados e baixas a competicion@atletismo.gal cun tempo mínimo de 48 horas antes do comezo da proba.
 3. Cada inscrición aceptada fora de prazo polo organizador, levará consigo un cargo de 5€ sobre a propia organización.



4. Asemade, no caso de facer algún troco no listado de participantes nas 48 horas previas á celebración da proba, se lle repercutirá ao organizador un coste de 5€/troco.
5. Recoméndase establecer no regulamento da súa proba unha cota para as seguintes situacións:

Inscricións fora de prazo:	5€
Baixas nas 48h previas á celebración da proba:	5€
Atletas non presentados:	5€

- o) Nos Campionatos de Galicia de ruta, campo a través, montaña e trail running, será obrigatorio o uso do Sistema de cronometraxe por Transpondedores (Chips) da FGA.
 - A FGA poderá autorizar, baixo circunstancias especiais como unha baixa inscrición, a non utilización de chips.

Outras disposicións

- p) En caso de conflito entre o presente documento cos regulamentos particulares das competicións autorizadas e aprobadas pola FGA, terán prioridade estes últimos.
- q) Todo o non previsto nestas Normas Xerais e nos oportunos Regulamentos-Convocatorias, axustarase ao establecido, nesta orde, pola FGA, a RFEA e no Regulamento de competición e técnico da World Athletics.
- r) Todos os clubs e atletas participantes, así como os/as xuíces encargados do seu control, polo feito de facelo, aceptan o regulamento de cada competición.

2.2.1. Normativa para competicións organizadas pola FGA

Os seguintes puntos son de validez para tódolos Campionatos de Galicia, así como para os Controis organizados pola FGA.

- a) De forma xeral, tomarase como confirmación a ausencia de comunicación de baixa con anterioridade ás 48 horas previas ao inicio da competición.
- b) Establécense as seguintes cotas, recargas e penalizacións:

1. **Cotas de inscrición por participante**, con independencia do número de probas a realizar:

- Atletas con licenza tramitada pola FGA:
 - o Campionatos de Galicia: **0 €**.
 - o Controis FGA e participacións fora de concurso nos Campionatos de Galicia: **4 €**.
- Atletas con licenza tramitada por outra Federación: **10 €**.

2. **Recargas por inscricións fora de prazo** segundo a natureza da competición:

- Campionatos de Galicia
 - Individual: **10 €** por atleta e proba
 - De clubs: **25 €** por equipo (agás **remudas: 10 €**)
- Controis FGA e participacións fora de concurso nos Campionatos de Galicia: **6 €**.

3. **Penalizacións:**

- Calquera baixa nas 48 horas previas ao inicio da competición ou a non participación final, levará asociada o cobro da **cota de inscrición xunto cunha sanción de 5€** por proba, salvo causa xustificada e acreditada por escrito á FGA a través do correo competicion@atletismo.gal antes de superadas as 48 horas dende o inicio da competición.
- Nas competicións de clubs que requiran presentación de estadillos establecerase un prazo de reclamacións e renuncias tralo que, a baixa ou non presentación do equipo na competición levará consigo unha penalización de **50 €** por equipo (agás **remudas: 25 €**), salvo causa xustificada e acreditada por escrito á FGA a través do correo competicion@atletismo.gal antes de superadas as 48 horas dende o inicio da competición.
- Nas competicións nas que se regule un número máximo de inscricións, establecerase unha penalización de **10 €** por proba excedida.
 - o A FGA eliminará, aleatoriamente, tantas inscricións como sexa preciso daqueles que se inscriban en máis probas das regulamentadas.
- Non acreditar a veracidade nas inscricións enviadas á FGA: **6 €** por atleta con datos falsos.

A falta de pagamento no prazo de 30 días dende a comunicación da débeda, implicará a imposibilidade de participar en probas organizadas pola FGA ata o abono das cantidades pendentes.



2.2.2. Inscripcións en Campionatos de Galicia

a) As inscricións realizaranse a través do sistema en liña da RFEA na páxina <https://atletismorfea.es/user/login-registro> dentro dos prazos establecidos nos regulamentos específicos de cada Campionato.

Para un uso correcto da plataforma de inscricións, é vital que o club comprobe que a marca recuperada automaticamente polo sistema sexa a mellor. De non ser así, siga por orde as seguintes indicacións ata darlle solución:

- Comprobar se a plataforma lle permite obter a marca de inscrición doutra proba.
 - o Por exemplo: empregar unha marca de PC para unha proba ao AL.
- Indicar a marca no campo de observacións na propia plataforma, xunto coa data e lugar de realización da mesma, podendo poñer tamén o enlace aos resultados oficiais.
- Enviar un correo a competicion@atletismo.gal complementando a inscrición en tempo e forma.

A FGA non se fará responsable dos erros cometidos nas inscricións.

b) Prazos xerais para a realización de inscricións.

O día e hora de peche de inscrición seguirán o disposto a continuación, salvo que se expresen outros prazos no regulamento particular do Campionato.

- O prazo pechará, de forma xeral, ás 20:00 horas.
- Día de peche para as competicións celebradas en sábado ou domingo:

Categorías	Martes da semana anterior á competición
Sub 10, Sub 12, Sub 14 e Máster	
Probos combinadas	Xoves da semana anterior á competición
Outros Campionatos	Luns anterior á competición

c) Aquelas inscricións que se realicen fora do prazo establecido no regulamento específico do Campionato seguirán o seguinte procedemento:

- Remítanse a direccion tecnica@atletismo.gal e a súa resolución será competencia do Director Técnico da FGA.
- Todas aquelas solicitudes recibidas, dentro das 48 horas previas ao inicio do campionato, serán automaticamente rexeitadas, salvo casos excepcionais autorizados pola Dirección Técnica da FGA.
- Serán tidas en conta para a publicación da primeira listaxe de admitidos por detrás daqueles atletas/clubs inscritos en tempo e forma. No sucesivo, pasarán a formar parte da lista de agarda, en igualdade de condicións que os demais atletas/clubs que non foron admitidos na primeira listaxe, independentemente do curso da súa inscrición.



- d) En caso de estar inscrito/a en máis probas das autorizadas para competir, e non comunicar as renuncias/baixas nos prazos establecidos no regulamento do Campionato, eliminaranse tantas inscricións como sexa preciso.
- e) O prazo de presentación de estadillos pechará ás 20:00 horas do luns da semana anterior á competición, salvo que se expresen outros prazos no regulamento particular do Campionato.

2.2.3. Normas de participación nos Campionatos de Galicia

- a) Poderán tomar parte do Campionato aqueles atletas que:
 - Teñan licenza FGA en vigor e non exista ningunha sanción sobre o titular da mesma na data tope fixada para a inscrición.
 - A súa categoría de idade corresponda coas do Campionato.
 - Cumpran cos criterios de clasificación establecidos no seu regulamento específico.
 - o Admitiranse marcas feitas dende o 1 de xaneiro de 2024.
 - o As marcas conseguidas con vento superior ao regulamentario non serán tidas en conta.
 - o En caso de empate nas últimas prazas, terá preferencia a persoa que realizase a marca con máis anterioridade temporal.
- b) A Dirección Técnica da FGA resérvase a **posibilidade**, previa petición dos interesados, de admitir a participación de:
 - Atletas que por mor de lesións ou outras razóns limitadoras, non acadasen os criterios de clasificación para o Campionato.
 - Participacións **fora de concurso**:
 - o Atletas con licenza galega doutras categorías, sempre e cando non supoña un atraso ou prexuízo no desenvolvemento da competición.
 - o Atletas de recoñecido nivel, sen licenza galega, que non pertencen a ningún club galego, sempre que a normativa da RFEA o permita.

Unha participación fora de concurso non privará, en ningún caso, do pase á mellora ou ás finais aos atletas que compitan polo título do Campionato.

 - ❖ Por acordo de Asemblea **non se permite a participación de atletas fóra de concurso nos Campionatos por equipos.**
- c) En calquera caso, a Dirección Técnica da FGA ten a potestade de:
 - Admitir un maior número de atletas, para cubrir series ou outros casos que considere xustificadas.
 - Admitir un menor número de atletas para non condicionar o programa de competición.



- d) Nas competicións autonómicas de clubs a participación de atletas estranxeiros e de clubs asociados seguirá as [normas da RFEA](#), e virá reflectido en cada regulamento particular por parte da FGA. Naquelas nas que participen máis atletas estranxeiros/as dos permitidos para puntuar, deberá especificarse cal deles puntuará.
- e) O número máximo de atletas que cada Club pode aliñar en cada campionato e proba virá especificado en cada un dos regulamentos específicos.
- f) O número máximo de probas nas que poderá tomar parte un atleta nun campionato individual será de:
- Sub 10, 12, 14 , 16 e 18:
 - o Dúas probas, das cales só unha superior a 230 metros.
 - o No caso de coincidir en data o Campionato individual e o de probas combinadas, de realizar estas últimas non poderá participar en probas individuais.
 - Máster:
 - o Tres probas, sempre e cando sexa posible realizar o Campionato en dúas xornadas. De non ser así, reducirase o número de probas individuais a un máximo de 2.
 - Máximo 2 concursos por atleta.
 - No caso de participar en varias carreiras, só unha poderá superar os 1.000 metros.
 - Resto de categorías e Campionatos:
 - o Sen límite.
- g) Un atleta pode ser excluído de participar en tódalas probas posteriores da competición, incluídas aquelas nas que estea participando nese intre, nos seguintes casos:
- Estando admitido para unha proba e, non comunicada a súa baixa antes das 48 horas previas ó inicio do campionato, non tome parte da mesma.
 - Estando clasificado para unha ronda posterior, non tome parte da mesma.

2.2.4. Normas de competición en Campionatos de Galicia

- a) Se nalgunha das probas na que está previsto realizar series clasificatorias, non se presentasen a confirmar o número mínimo necesario para a súa realización, suspenderase a celebración das mesmas e disputarase a seguinte fase á hora prevista, salvo que todos os participantes estean de acordo en disputala no horario da dita eliminatoria ou que se recolla outra fórmula no regulamento particular do Campionato.

b) **Cámara de Chamadas:**

En caso de realizarse, os/as participantes deberán acceder á Cámara de chamadas provistos dun documento de identificación oficial ou licenza federada en formato dixital con foto antes do peche da mesma. De non ser así, non poderá participar salvo causa xustificada e aceptada polo xuíz árbitro da competición.

Os atletas deberán saír á pista coa camiseta e o dorsal posto.

Horario tipo (Agás nas competicións onde se publique un horario alternativo)

- Peche da cámara de chamadas → 5' antes da saída a pista.

SAÍDA A PISTA	
Minutos antes da hora oficial da proba	
Carreiras e marcha	7'
Valos e remudas	10'
Concursos	20'
Pértega*	35'

*No caso de haber máis de 8 atletas admitidos, a saída a pista realizarase 50' antes da hora oficial da proba.

c) **Premios nos Campionatos de Galicia:**

- Terán dereito a medalla todos aqueles atletas nacionais con ficha pola FGA e aqueles estranxeiros que teñan fichado de xeito ininterrompido pola FGA dende polo menos a tempada 2023 ou que sexan menores de idade.
- Entregarase unha medalla aos clasificados en primeira, segunda e terceira posición.
 - o Non terán dereito a medalla os atletas que participen fora de concurso nin os que non cumpran as condicións referidas anteriormente.
- Nos Campionatos de clubs nos que non participen de boa fe, polo menos, tres equipos, non haberá entrega de premios, agás nas probas de remudas e campo a través.



- **Protocolo de entrega de premios:**
 - o A asistencia ao acto de entrega de premios é obrigatoria por parte dos premiados, que non poderán delegar a súa representación en ninguén, salvo causas excepcionais autorizadas pola FGA.
 - o Só poderán subir ao podio os atletas/equipos premiados, que deberán portar a uniformidade do club.
 - o Non se poderán portar bandeiras, pancartas, u outros obxectos similares, a excepción de símbolos do club sen mensaxes de ningún tipo.
 - ❖ O incumprimento deste protocolo poderá ser motivo de sanción.
- d) Nas competicións de pista ao aire libre ou pista curta que exista clasificación por clubs, os empates a puntos resolveranse a favor do club que obtivese maior número de primeiros postos. De persistir o empate terase en conta o número de segundos postos e así sucesivamente. Se finalmente non se poda desfacer o empate por este sistema, recorrerase á mellor marca por táboa World Athletics. De persistir o empate terase en conta a segunda mellor marca e así sucesivamente.
- e) Nos Campionatos de ruta por clubs, puntuarán os/as tres primeiros/as atletas dun mesmo club (dos cales só un/unha pode ser estranxeiro/a)

2.3. Normativas de competición particulares

2.3.1. Campo a través, Ruta, Montaña e Trail Running.

As distancias dos campionatos de Campo a través, Ruta, Montaña e Trail Running virán especificadas nos regulamentos particulares de cada competición.

2.3.2. Pista Curta

Probas autorizadas por categorías en Pista Curta:

HOMES

	Sénior en adiante (01 ata máster)	Sub23 (02-03-04)	Sub20 (05 e 06)	Sub18 (07 e 08)	Sub16 (09 e 10)	Sub14 (11 e 12)	Sub12 (13 a 14)	Sub10-8 (15 e posteriores)
Carreiras	60	60	60	60	60	60	60	50
	200	200	200	200	-----	-----	-----	-----
	400	400	400	400	300	-----	-----	-----
	800	800	800	800	600	500	500	500
	1.500	1.500	1.500	1.500	1.000	1.000	1.000	1.000
	3.000	3.000	3.000	3.000	3.000	2.000	-----	-----
Valos	60 (1,067)	60 (1,067)	60 (1,00)	60 (0,914)	60 (0,914)	60 (0,84)	-----	-----
Salto	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura
	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude	Pértega	Pértega	Pértega	-----	-----
	Triplo	Triplo	Triplo	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude
	Pértega	Pértega	Pértega	Triplo	Triplo	Triplo*	-----	-----
Lanz.	Peso (7,260)	Peso (7,260)	Peso (6 kg)	Peso (5 kg)	Peso (4 kg)	Peso (3 kg)	Peso (2 kg)	Peso (1 kg)
Probas Combinadas	Heptatlón	Heptatlón	Heptatlón	Heptatlón	Exatlón	Pentatlón	Triatlón	Triatlón
	60	60	60	60	60	60	60	50
	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude
	Peso	Peso	Peso	Peso	Peso	Peso	Peso	Peso
	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura		
	60 v.	60 v.	60 v.	60 v.	60 v.	60 v.		
	Pértega	Pértega	Pértega	Pértega	1000			
1000	1000	1000	1000					

*Carreira máxima 15m

- Estará permitida a proba de 50 m en todas as instalacións para os atletas Sub10 ou Sub8. Para o resto de categorías so se poderá celebrar no Pazo de Deportes de Riazor (A Coruña).
- Os atletas Sub20 están autorizados a participar cos valos e os artefactos dos Sénior, así como o Heptatlón Sénior.
- Os atletas Sub18 están autorizados a participar cos valos e os artefactos dos Sub20.
- A Dirección Técnica da FGA poderá autorizar outras probas non contempladas nesta táboa.

MULLERES

	Sénior en adiante (01 ata máster)	Sub23 (02-03-04)	Sub20 (05 e 06)	Sub18 (07 e 08)	Sub16 (09 e 10)	Sub14 (11 e 12)	Sub12 (13 a 14)	Sub10-8 (15 e posteriores)
Carreiras	60	60	60	60	60	60	60	50
	200	200	200	200	-----	-----	-----	-----
	400	400	400	400	300	-----	-----	-----
	800	800	800	800	600	500	500	500
	1.500	1.500	1.500	1.500	1.000	1.000	1.000	1.000
	3.000	3.000	3.000	3.000	3.000	2.000	-----	-----
Valos	60 (0,84)	60 (0,84)	60 (0,84)	60 (0,762)	60 (0,762)	60 (0,762)	-----	-----
Saltos	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura
	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude
	Triplo	Triplo	Triplo	Triplo	Triplo	Triplo *	-----	-----
	Pértega	Pértega	Pértega	Pértega	Pértega	Pértega	-----	-----
Lanz.	Peso (4 k)	Peso (4 k)	Peso (4 k)	Peso (3 kg)	Peso (3 kg)	Peso (3 kg)	Peso (2 kg)	Peso (1 kg)
Combinadas	Pentatlón	Pentatlón	Pentatlón	Pentatlón	Pentatlón	Tetratlón	Triatlón	Triatlón
	60 v.	60 v.	60 v.	60 v	60 v	60 v	60	50
	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Peso	Lonxitude	Lonxitude
	Peso	Peso	Peso	Peso	Peso	Lonxitude	Peso	Peso
	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude	60		
	800	800	800	800	600			

*Carreira máxima 15m

- Estará permitida a proba de 50 m en todas as instalacións para as atletas Sub10 ou Sub8. Para o resto de categorías so se poderá celebrar no Pazo de Deportes de Riazor (A Coruña).
- As atletas Sub18 están autorizadas a participar cos valos e os artefactos das atletas absolutas.
- A Dirección Técnica da FGA poderá autorizar outras probas non contempladas nesta táboa.

ALTURA E DISTANCIA DE VALOS

Distancia da proba	Número de valos	Altura dos valos	Categoría dos atletas	Distancia saída 1º valo	Distancia entre valos	Distancia ult. valo a meta
HOMES						
60	5	1,067	Senior-Sub23.	13,72	9,14	9,72
60	5	0,990	Sub20	13,72	9,14	9,72
60	5	0,914	Sub18	13,72	9,14	9,72
60	5	0,914	Sub16	13	8,50	13
60	5	0,84	Sub14	12,30	8,20	14,90
MULLERES						
60	5	0,84	Senior-Sub23-Sub20	13	8,50	13
60	5	0,762	Sub18-Sub16	13	8,50	13
60	5	0,762	Sub14	12,30	8,20	14,90

2.3.3. Aire Libre

Probos estándar por categorías en Aire Libre:

HOMES

	Sénior en adiante (01 ata máster)	Sub23 (02-03-04)	Sub20 (05 e 06)	Sub18 (07 e 08)	Sub16 (09 e 10)	Sub14 (11 e 12)	Sub12 (13 a 14)	Sub10-8 (15 e posteriores)
Carreiras	100	100	100	100	100	80	60	50
	200	200	200	200	-----	150	-----	-----
	400	400	400	400	300	-----	-----	-----
	800	800	800	800	600	500	500	500
	1.500	1.500	1.500	1.500	1.000	1.000	1.000	1.000
	5.000	5.000	5.000	3.000	3.000	3.000	2.000	2.000
	10.000	10.000	10.000	5.000	-----	-----	-----	-----
Ruta	M. Maratón	M. Maratón	M. Maratón	10km	-----	-----	-----	-----
	Maratón	Maratón						
	100km	100km						
Trail R.	Sen límite	Sen límite	15 km Máx.	-----	-----	-----	-----	-----
Valos	110 (1,067)	110 (1,067)	110 (1,00)	110 (0,914)	100 (0,91)	80 (0,84)	-----	-----
	400 (0,914)	400 (0,914)	400 (0,91)	400 (0,84)	300 (0,84)	220 (0,76)	-----	-----
	3.000 obs.	3.000 obs.	3.000 obs.	2.000 0,84	1.500 0 0,76	1.000 0 0,76	-----	-----
Salto	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura
	Pértega	Pértega	Pértega	Pértega	Pértega	Pértega	-----	-----
	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude
	Triplo	Triplo	Triplo	Triplo	Triplo	Triplo *	-----	-----
Lanzamen.	Peso (7,260 kg)	Peso (7,260 kg)	Peso (6 kg)	Peso (5 kg)	Peso (4 kg)	Peso (3 kg)	Peso (2 kg)	Peso (1 kg)
	Disco (2 kg)	Disco (2 kg)	Disco (1,75 kg)	Disco (1,5 kg)	Disco (1 kg)	Disco (800 gr)	-----	-----
	Xavelina (800 gr)	Xavelina (800 gr)	Xavelina (800 gr)	Xavelina (700 gr)	Xavelina (600 gr)	Xavelina (500 gr)	Pelota (300 gr)	Pelota (200 gr)
	Martelo (7,260 kg)	Martelo (7,260 kg)	Martelo (6 kg)	Martelo (5 kg)	Martelo (4 kg)	Martelo (2 kg)	-----	-----
Remuda	4 x 100	4 x 100	4 x 100	4 x 100	4 x 100	4 x 80	4 x 60	4 x 50
	4 x 400	4 x 400	4 x 400	4 x 400	4 x 300			
Marcha	10/20 km	10/20 km	10 km	5 km	5 km	2-3km	2 km	1 km
	35 km	35 km	20 km	10 km	10 km	5 km	3 km	2 km
P. Combinadas	Decatlón	Decatlón	Decatlón	Decatlón	Octatlón	Exatlón	Triatlón	Triatlón
	100	100	100	100	100	80	60	50
	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude	Peso (4k)	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude
	Peso	Peso	Peso (6kg)	Peso (5kg)	Altura	Peso (3 kg)	Peso (2 kg)	Peso (1 kg)
	Altura	Altura	Altura	Altura	Disco (1kg)			
	400	400	400	400				
	110v	110v	110v (1,00)	110v (0,91)	100v (0,91)	80v (0,84)		
	Disco	Disco	Disco	Disco	Pértega	Altura		
	Pértega	Pértega	Pértega	Pértega	Xavelina	Xavelina		
Xavelina	Xavelina	Xavelina	Xavelina	1.000				
1.500	1.500	1.500	1.500					

*Carreira máxima 15m

- Os atletas Sub20 están autorizados a participar cos valos e os artefactos dos Sénior, así como no Decatlón Sénior.
- Os atletas Sub18 están autorizados a participar cos valos e os artefactos dos atletas Sub20 facéndoo extensible a Absoluto se o artefacto coincidisen.
- A Dirección Técnica da FGA poderá autorizar outras probas non contempladas nesta táboa.



MULLERES

	Sénior en adiante (01 ata máster)	Sub23 (02-03-04)	Sub20 (05 e 06)	Sub18 (07 e 08)	Sub16 (09 e 10)	Sub14 (11 e 12)	Sub12 (13 a 14)	Sub10-8 (15 e posteriores)
Carreiras	100	100	100	100	100	80	60	50
	200	200	200	200	----	150	----	----
	400	400	400	400	300	----	----	----
	800	800	800	800	600	500	500	500
	1.500	1.500	1.500	1.500	1.000	1.000	1.000	1.000
	5.000	5.000	5.000	3.000	3.000	3.000	2.000	2.000
	10.000	10.000	10.000	5.000	----	----	----	----
Ruta	M.Maratón	M.Maratón	M.Maratón	----	----	----	----	----
	Maratón	Maratón						
	100km	100km						
Trail R.	Sen límite	Sen límite	15 km Máx	-----	-----	-----	-----	-----
Valos	100 (0,84)	100 (0,84)	100 (0,84)	100 (0,762)	100 (0,762)	80 (0,762)	-----	-----
	400 (0,762)	400 (0,762)	400 (0,762)	400 (0,762)	300 (0,762)	220 (0,762)	-----	-----
	3.000 obs (0,762)	3.000 obs (0,762)	3.000 obs (0,762)	2.000 obs (0,762)	1.500 obs (0,762)	1.000 obs (0,762)	-----	-----
Saltos	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura
	Pértega	Pértega	Pértega	Pértega	Pértega	Pértega	-----	-----
	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude
	Triplo	Triplo	Triplo	Triplo	Triplo	Triplo *	-----	-----
Lanzamen.	Peso (4kg)	Peso (4kg)	Peso (4kg)	Peso (3kg)	Peso (3kg)	Peso (3kg)	Peso (2kg)	Peso (1kg)
	Disco (1kg)	Disco (1kg)	Disco (1kg)	Disco (1kg)	Disco (800gr)	Disco (800gr)	-----	-----
	Xavelina (600gr)	Xavelina (600gr)	Xavelina (600gr)	Xavelina (500gr)	Xavelina (500gr)	Xavelina (400gr)	Pelota (300gr)	Pelota (200gr)
	Martelo (4kg)	Martelo (4kg)	Martelo (4kg)	Martelo (3kg)	Martelo (3kg)	Martelo (2kg)	-----	-----
Remuda	4 x 100	4 x 100	4 x 100	4 x 100	4 x 100	4 x 80	4 x 60	4 x 50
	4 x 400	4 x 400	4 x 400	4 x 400	4 x 300			
Marcha	10/20 km	10/20 km	5/10 km	5 km	3 km	2 km/3 km	2 km	1 km
	35 km	35 km	20 km	10 km	5 km	5 km	3 km	2 km
P. Combinadas	Heptatlón	Heptatlón	Heptatlón	Heptatlón	Exatlón	Pentatlón	Triatlón	Triatlón
	100 v.	100 v.	100 v.	100 v.	100 v.	80 v.	60	50
	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Altura	Lonxitude	Lonxitude
	Peso	Peso	Peso	Peso	Peso	Peso	Peso	Peso
	200	200	200	200		Lonxitude		
	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude	Lonxitude	Xavelina		
	Xavelina	Xavelina	Xavelina	Xavelina	Xavelina			
800	800	800	800	600				

*Carreira máxima 15m

- As atletas Sub18 están autorizadas a participar cos valos e os artefactos Sub20, así como o Heptatlón Sub20 facéndoo extensible a Absoluto se o artefacto das atletas Sub20 coincidise co Absoluto.
- A Dirección Técnica da FGA poderá autorizar outras probas non contempladas nesta táboa.

Altura e distancia de valos e obstáculos. AIRE LIBRE

Distancia da proba	Número de valos	Altura dos valos	Categoría dos atletas	Distancia saída 1ª valo	Distancia entre valos	Distancia ult. valo a meta
HOMES						
80	8	0,84	Sub14	12,30	8,20	10,30
100	10	0,914	Sub16	13	8,50	10,50
110	10	0,914	Sub18	13,72	9,14	14,02
110	10	1,00	Sub20	13,72	9,14	14,02
110	10	1,067	Senior-Sub23	13,72	9,14	14,02
220	5	0,762	Sub14	40	35	40
300	7	0,84	Sub16	50	35	40
400	10	0,84	Sub18	45	35	40
400	10	0,914	Sen-S23-S20	45	35	40
MULLERES						
80	8	0,762	Sub14	12,30	8,20	10,30
100	10	0,762	Sub16-Sub18	13	8,50	10,50
100	10	0,84	Sen-S23-S20	13	8,50	10,50
220	5	0,762	Sub14	40	35	40
300	7	0,762	Sub16	50	35	40
400	10	0,762	Sub18	45	35	40
400	10	0,762	Sen-S23-S20	45	35	40

2.000m obstáculos Sub18

- Haberá 5 obstáculos por volta completa, sendo o paso da ría o cuarto dos mesmos (agás na 1ª volta que é o 2º)
- Haberá 18 pasos de obstáculos e 5 saltos de ría.

1.500m obstáculos Sub16

- Haberá 5 obstáculos por volta completa, sendo o paso da ría el cuarto dos mesmos.
- Non haberá ningún obstáculo no traxecto entre a saída e a liña de saída dos 100m, tendo aqueles retirados nesa primeira volta ata a liña de saída dos 100m. Sendo por tanto o primeiro obstáculo o situado na recta principal.
- Haberá 13 pasos de obstáculos e 3 saltos de ría.

1.000m obstáculos Sub14 homes e mulleres

- Haberá 5 obstáculos por volta completa, sendo o paso da ría o cuarto dos mesmos.
- Non haberá ningún obstáculo no traxecto entre a saída e o comezo da primeira volta, tendo aqueles retirados ata que os participantes teñan iniciada a dita primeira volta. Sendo, por tanto, o primeiro obstáculo o situado na curva nada máis comezar a volta.
- Haberá 8 pasos de obstáculos e 2 saltos de ría.

2.4. Normativa específica de Master

As probas autorizadas para as categorías Máster seguirán o recollido na [normativa da RFEA](#).



2.5. Campionatos de Galicia a celebrar

Pista Curta	Individuais	<ul style="list-style-type: none"> • Absoluto • Sub 23 • Sub 20 • Sub 18 • Sub 16 • Sub 14 • Sub 12 • Sub 10 • Máster • Probas Combinadas (Sub 16 e superiores) 	
	Clubs	<ul style="list-style-type: none"> • Copa Absoluta • Sub 16 • Copa Máster • Probas Combinadas 	
Aire Libre	Individuais	<ul style="list-style-type: none"> • Absoluto • Sub 23 • Sub 20 • Sub 18 • Sub 16 • Sub 14 • Sub 12 • Sub 10 • Máster • Probas Combinadas (Sub 16 e superiores) • 10.000 metros Absoluto, Sub 23 e Máster • 5.000 metros Sub 18 e Sub 20 • Marcha de Inverno • Lanzamentos Longos Absoluto • Lanzamentos Longos Sub 23 • Lanzamentos Longos Sub 20 • Lanzamentos Longos Sub 18 • Lanzamentos Longos Sub 16 • Lanzamentos Longos Máster • Pentatlón de Lanzamentos Máster 	Memorial Alejandro Gómez
	Clubs	<ul style="list-style-type: none"> • Absoluto • Sub 20 • Sub 16 • Sub 14 • Sub 12 • Sub 10 • Máster • Probas Combinadas (Sub16 e superiores) 	
Campo a Través	Individuais	<ul style="list-style-type: none"> • Absoluto • Sub 23 • Sub 20 • Sub 18 • Sub 16 • Sub 14 • Sub 12 • Sub 10 • Máster 	Memorial Alejandro Lorenzo
	Clubs	<ul style="list-style-type: none"> • Absoluto • Sub 23 • Sub 20 • Sub 18 • Sub 16 • Absoluto por Remudas Mixtas 	



Ruta	<ul style="list-style-type: none"> • Marcha • Milla e 1 Km menores • 5 Km (individual e clubs) • 10 Km (individual e clubs) • Media Maratón (individual e clubs) • Maratón (individual e clubs)
Trail Running	<ul style="list-style-type: none"> • Subida vertical • Classic individual • Classic clubs • Maratón • Ultra • Montaña

Anexo 1. Xurado mínimo para as probas non organizadas pola FGA.

A continuación, descríbese o xurado mínimo para as distintas competicións, malia que dependendo do nivel e as características destas, os presentes números poden ser incrementados a criterio do Comité Galego de Xuíces.

PROBAS EN PISTA

1 Xuíz Árbitro (non pode compatibilizar a súa labor con outras tarefas ou postos do xurado*)

1 Director Reunión

1 Director Técnico

Auxiliares de Xuíz Árbitro: naquelas probas nas que se requira da súa figura e non poida ser asumida por xuíces xa convocados a outros efectos, poderán ser convocados especificamente.

Carreiras con cronometraxe eléctrica:

1 Xuíz X. de Fotofinish

2 Xuíces de Saída

3 Xuíces de chegadas e cronometradores en carreiras por estaxe libre

1 Operador anemómetro (si é aplicable)

Concursos:

Altura	Pértega	Salto horizontal (incluído anemómetro)	Lanzamentos
2	3	4	3

Marcha:

Xuíces do panel de marcha

- Aire libre: 5

- Pista cuberta: 4

1 X. Área de penalización

1 X. Secretaría de marcha

Baixo certas circunstancias a valorar polo CGX, como o nivel da proba, entre outros, poderían ser ocupados por auxiliares ou aspirantes os postos de secretaria de concursos e listón de altura ou pértega.

PROBAS EN RUTA HOMOLOGADAS

1 Xuíz Árbitro*

1 Director Reunión

1 Director Técnico

1 XX Cronometraxe Transpondedor

1 X. Saídas

2 X. Chegadas

1 X. Cronometrador

Un número axeitado de xuíces de percorrido

MARCHA EN RUTA (a maiores do anterior)

6 Xuíces do panel de marcha

1 X. Área de penalización

1 X. Secretaría de marcha

PROBAS EN RUTA NON HOMOLOGADAS

1 Xuíz Árbitro*

1 Director Reunión

1 XX Cronometraxe Transpondedor

1 X. Saídas

De realizarse cámara de chamadas, esta deberá ser controlada por polo menos 1 xuíz.



Anexo 2. Normativa do vestiario da selección galega.

Para poder recibir material da FGA cómpre ser seleccionado pola FGA, para calquera evento ao longo da tempada 2025 que figure no calendario oficial nacional ou internacional.

- a) O material ou indumentaria deportiva que entrega a FGA, representa a identidade desta federación e constitúe a distinción oficial da Selección de Galicia.
- b) O material oficial estará composto, como mínimo, da seguinte indumentaria: un chándal, unha camiseta de quecemento e roupa de competición.
 - Non se poderá manipular, mantendo ben visibles e sen alterar os distintivos da FGA e dos seus patrocinadores oficiais, non podendo engadir ningún outro logotipo ou sinal.
- c) O período de vixencia do devandito material será de catro anos. A FGA non entregará material de balde a aqueles atletas que perdan ou intercambien algunha das súas prendas.
- d) Cada atleta comprométese a empregar a indumentaria da Selección só naquelas competicións oficiais nas que compita coa Selección Galega ou naqueles eventos que así o indique a propia FGA.
- e) Será obrigatorio acudir coa uniformidade oficial da selección galega á entrega de medallas ou trofeos, así como a calquera outro acto que se indique dente a propia FGA ou a través do delegado ou responsable oficial da expedición.