



## **REGLAMENTO TECNICO**

---

### **CAPITULO I DISPOSICIONES GENERALES**

#### **Artículo 1.**

El Reglamento Técnico de la Federación Paraguaya de Atletismo, en adelante FPA, regula las competiciones oficiales de la FPA, el registro de los atletas en las entidades afiliadas a la FPA, así como los criterios deportivos de la selección de atletas para integrar las selecciones nacionales que representarán a la FPA en competiciones internacionales organizadas por la Confederación Sudamericana de Atletismo (CONSUDATLE) y la International Association of Athletics Federation (IAAF).

#### **Artículo 2.**

La FPA (Federación Paraguaya de Atletismo) para la realización de sus eventos oficiales se ajustará a lo que dispongan los reglamentos de la CONSUDATLE (Confederación Sudamericana de Atletismo) y de la IAAF (Asociación Internacional de Federaciones Atléticas). El orden de prelación en caso de duda o divergencia será el siguiente:

- a) Reglamentos de la IAAF
- b) Reglamentos de la CONSUDATLE
- c) Reglamentos de la FPA

### **CAPITULO II CATEGORÍAS Y PRUEBAS DE COMPETICION**

#### **Artículo 3.**

Se establecen las siguientes categorías de participación para atletas federados:

- ✓ **Categoría Mayores o Todo Competidor:**  
Sin límite en cuanto a edad máxima.
- ✓ **Categoría Juvenil: (U20)**  
Todo atleta con 18 ó 19 años al 31 de diciembre del año de la competencia.
- ✓ **Categoría Menor: (U18)**  
Todo atleta con 16 ó 17 años al 31 de diciembre del año de la competencia.
- ✓ **Categoría Cadete: (U16)**  
Todo atleta con 14 o 15 años al 31 de diciembre del año de competencia

La elegibilidad, incluyendo edades mínimas para participar en las competencias de la FPA se regirá por las respectivas normas de la IAAF, incluyendo las normativas específicas de Campeonatos del Mundo.

#### **Artículo 5.**

La Federación Paraguaya de Atletismo, para los efectos de la práctica y difusión del atletismo en el medio nacional, utiliza las siguientes categorías de participación para los estudiantes escolarizados en la Educación Escolar Básica y la Educación Media:

- ✓ **Intercolegial "A":**  
Todo atleta con 18 o 19 años al 31 de diciembre del año de la competencia
- ✓ **Intercolegial "B":**  
Todo atleta con 16 o 17 años al 31 de diciembre del año de la competencia



## ***REGLAMENTO TECNICO***

---

- ✓ **Intercolegial “C”:**  
Todo atleta con 13, 14 o 15 años al 31 de diciembre del año de la competencia
- ✓ **Interescolar “A”:**  
Todo atleta con 11 o 12 años al 31 de diciembre del año de la competencia
- ✓ **Interescolar “B”:**  
Todo atleta con 9 o 10 años al 31 de diciembre del año de la competencia
- ✓ **Interescolar “C”**  
Todo atleta con 7 u 8 años al 31 de diciembre del año de la competencia.

La FPA no autoriza la realización de actividades de ningún tipo, por debajo de las categorías establecidas como promocionales y enunciadas precedentemente.

### **Artículo 6.**

Las pruebas oficiales por Categoría están establecidas en el Anexo 1 de este Reglamento:

### **Artículo 7.**

Las especificaciones técnicas y reglamentarias están establecidas en el Anexo 2 de este Reglamento:

### **Artículo 8.**

La puntuación en pruebas combinadas se hará de la siguiente manera:

- a) Las pruebas de las categorías Mayores, Juveniles y Menores (Damas y Varones), se ponderan por el Código I.A.A.F. de Puntuación del Rendimiento Atlético, vigente a la fecha.
- b) Las pruebas de las categorías Cadetes se puntuarán de acuerdo a la tabla de los juegos sudamericanos escolares

### **Artículo 9.**

El límite de pruebas en que un atleta podrá participar en cada torneo es el siguiente:

- a) Mayores: Hasta tres (3) pruebas individuales y dos (2) postas
- b) Juveniles: Hasta dos (2) pruebas individuales y dos (2) postas
- c) Menores: Hasta dos (2) Pruebas individuales y (2) postas, pero una sola podrá superar los 200 mts en una misma jornada.
- d) Cadetes: hasta dos (2) pruebas individuales y la posta, pero una sola podrá superar los 200 mts en una misma jornada.
- e) En las Categorías establecidas en el artículo 5 la Dirección de Desarrollo establecerá a los criterios técnico-educativos para la realización de las competiciones.

## **CAPITULO III DE LAS COMPETICIONES OFICIALES**

### **Artículo 10.**

La FPA establecerá anualmente un Calendario Oficial de competiciones atléticas integrada por:

- a. Campeonato Nacional de Clubes de Cross Country
- b. Campeonato Nacional de Clubes de Media Maratón



## ***REGLAMENTO TECNICO***

---

- c. Campeonato Nacional de Clubes de Maratón
- d. Campeonato Nacional de Clubes
- e. Campeonato Nacional de Atletismo
- f. Campeonato Infante - Juvenil Estudiantil
- g. Torneos Abiertos

### **Artículo 11.**

La FPA para la realización de sus competiciones atléticas se ajustará a lo que dispongan los reglamentos de la CONSUDATLE y de la IAAF y a las especificaciones del presente Reglamento.

### **Artículo 12.**

Serán considerados torneos oficiales los establecidos en los apartados a), b), c), d y e) del artículo 10 de este Reglamento.

### **Artículo 13.**

Serán considerados torneos promocionales los que establecidos en los apartados f) y g) del artículo 10 de este Reglamento.

### **Artículo 14.**

Para las competiciones de atletas master, la FPA coordinará el desarrollo de las mismas con la Asociación Paraguaya de Atletismo Master (ASOPAMA) que está afiliada a la Asociación Sudamericana de Atletas Master (ASUDAMA) y la World Masters Athletics (WMA). El límite de pruebas será de cuatro (4) pruebas individuales y dos (2) postas

### **Artículo 15**

Las entidades afiliadas deberán organizar una competición de Pista y Campo, o alguno de los Campeonatos fuera de la Pista que se mencionan en el artículo 10, para dar cumplimiento a su obligación estatutaria. La competición será fiscalizada por la Asociación Paraguaya de Jueces de Atletismo.

### **Artículo 16.**

Las competiciones atléticas oficiales deberán realizarse siempre en pistas reglamentarias con las especificaciones técnicas exigidas por la CONSUDATLE y la IAAF.

### **Artículo 17.**

En las competiciones que formen parte de los campeonatos identificados en los apartados d), e) y f) del artículo 10, se computarán separadamente, en damas y caballeros, a los efectos de discernir los campeones, declarándose también un campeón general por la acumulación de puntos de damas y caballeros.

### **Artículo 18.**

Un atleta sólo podrá participar en su categoría. La actuación en una categoría superior solo será permitida de conformidad a lo establecido en la Reglamentación de Campeonatos del Mundo de la IAAF, los Reglamentos específicos de cada Campeonato y la exclusiva responsabilidad de la entidad en la que está registrado. No se permitirá la actuación de atletas cadetes y de las categorías promocionales de categoría Mayores.



## ***REGLAMENTO TECNICO***

---

### **Artículo 19.**

El atleta participante en una competición atlética deberá hacerlo con la indumentaria oficial de la entidad a la que representa, la que será informada por la entidad participante antes del inicio de la competición.

### **Artículo 20.**

La FPA admitirá la participación de atletas con indumentarias que lleven inscripciones, diseños, logos o marcas comerciales que no contravengan las disposiciones internacionales reglamentarias y no sean contrarias a los fines y propósitos de la FPA.

### **Artículo 21.**

Para participar en las competiciones oficiales identificadas en los apartados a), b), c) y d) del artículo 10, las entidades afiliadas a la FPA, deberán ajustarse previamente a las siguientes disposiciones:

- a. Haber pagado los derechos de afiliación a la FPA o de inscripción a la competición, según el caso.
- b. Presentar con 72 horas de anticipación la solicitud de inscripción en la FPA conforme al formulario que será proveído al efecto.
- c. Presentar conjuntamente con la solicitud de inscripción, la Lista de Buena Fe de atletas que participarán de la competición, así como la nómina detallada de atletas por prueba.
- d. Designar un delegado para la competición

Los atletas que integran la lista de Buena Fe deberán estar registrados en la entidad afiliada a la FPA al menos 5 días antes de la fecha de presentación de la Lista de Buena Fe.

### **Artículo 22.**

La reunión técnica de las competiciones oficiales de la FPA se hará el día inmediato anterior al inicio de la competición a las 19:00 horas, en un recinto adecuado próximo al lugar del evento.

Durante las reuniones técnicas los delegados confirmaran o modificaran la nómina de sus atletas. Cualquier cambio podrá hacerse en ese momento. Un atleta podrá ser excluido de una prueba, pero en ningún caso se podrán hacer inclusiones en pruebas donde el atleta no se había inscripto originalmente.

### **Artículo 23.**

Las confirmaciones e ingresos a pista para los torneos se realizarán de acuerdo a las siguientes normativas.

#### **a) Confirmaciones (se cerrarán)**

- |      |   |                  |
|------|---|------------------|
| i.   | Carreras de Velocidad y Vallas (hasta 400 mts)        | 30 minutos antes |
| ii.  | Carreras de medio fondo y fondo (a partir de 800 mts) | 20 minutos antes |
| iii. | Salto con Garrocha                                    | 70 minutos antes |
| iv.  | Demás Saltos y Lanzamientos                           | 55 minutos antes |

#### **b) Ingreso a pista**

- |    |  |                  |
|----|--|------------------|
| i. | Carreras de Velocidad y vallas (Hasta 400 mts) | 15 minutos antes |
|----|--|------------------|

## ***REGLAMENTO TECNICO***

---

ii.	Carreras de medio fondo y fondo (a partir de 800 mts)	10 minutos antes
iii.	Salto con Garrocha	60 minutos antes
iv.	Demás Saltos y Lanzamientos	40 minutos antes

Para el ingreso a pista, los atletas deberán estar debidamente uniformados. No se aceptará de un atleta confirmado que no se haya presentado a tiempo al lugar de acceso, salvo aquellos que se hallen compitiendo en otras pruebas, en cuyo caso estos deberán solicitar el correspondiente permiso de los jueces. No podrán estar en la pista o campo de desarrollo del evento las personas que no estén debidamente autorizadas por las autoridades del mismo.

### **Artículo 24.**

Para las distintas premiaciones, los atletas deben asistir con sus indumentarias oficiales.

### **Artículo 25.**

No podrán estar en la pista o campo de desarrollo de las pruebas atléticas, personas que no estén debidamente autorizadas por las autoridades de la competición. Los que no se hallen en competencia y que sin anuencia de la mesa de control se hallen dentro de la pista o del campo deportivo, serán pasibles de las siguientes sanciones:

- a. Amonestación
- b. Suspensión temporaria para poder seguir participando en una prueba a realizarse
- c. Expulsión de la pista o del campo deportivo.

En estos tres casos las penas podrán ser aplicadas por los árbitros de pista o campo, y se considera que son sanciones disciplinarias aplicadas por contravenir las Reglas de Juego tal como están definidas en la Ley 2874/06 “Del Deporte”.

### **Artículo 26.**

Los dirigentes, técnicos, espectadores o cualquier persona que asista al evento, será pasible de las mismas sanciones anteriores cuando ofendan el honor o la deportividad, con expresiones injuriosas o con agresiones corporales. Estas sanciones podrán ser aplicadas por las autoridades oficiales de la competición. En el caso de espectadores o terceras personas, si se determina a la entidad participante con la que se identifican, la entidad será pasible de sanciones conforme al Código Disciplinario de la FPA, rigiendo el principio de responsabilidad objetiva.

### **Artículo 27.**

Solo las sanciones que establezca el Código Disciplinario para quienes contravengan las normas de competición y funcionamiento de la FPA, que serán aplicadas por el Tribunal de Honor, serán susceptibles de un recurso de apelación ante un Tribunal de Arbitraje independiente debidamente reconocido por la FPA. Las sanciones aplicadas conforme a este Reglamento, no son susceptibles de apelación y despliegan todos sus efectos jurídicos única y exclusivamente en la competición atlética en la que fueron aplicadas.

### **Artículo 28.**

Las planillas de las pruebas de los eventos organizados o fiscalizados por la FPA deberán llevar las firmas de los jueces intervinientes en la prueba específica. En caso de record deberá adjuntarse a la planilla de homologación para su estudio y aprobación.

### **Artículo 29.**



## ***REGLAMENTO TECNICO***

---

Las pruebas atléticas de los distintos eventos oficiales de las FPA en las categorías mayores, juveniles, menores y cadetes, se regirán por las reglamentaciones de la CONSUDATLE. En los eventos de categorías intercolegiales e interescolares será potestad exclusiva del Directorio la determinación de las pruebas a realizarse que deberá escuchar necesariamente el informe de la Dirección de Desarrollo, sobre el particular.

### **Artículo 30.**

En las demás competiciones, el Directorio, en consulta con la Dirección de Desarrollo y el Departamento de Competiciones, establecerá las reglas específicas a las que deberán ceñirse dichos eventos.

### **Artículo 31.**

Un atleta libre solo podrá participar en las competiciones de pista y campo organizadas por los clubes afiliados, así como en los Campeonatos Nacionales y en las corridas de calle y montaña.

### **Artículo 32.**

Los torneos organizados por los clubes afiliados no otorgan puntos para la determinación de las entidades campeonas anuales,

### **Artículo 33.**

El Departamento de Competiciones, en consulta con la Dirección de Desarrollo determinará las modalidades o pruebas que integrarán el programa de cada Torneo que forme parte del Calendario Anual de competiciones.

### **Artículo 34.**

Las competiciones oficiales identificadas conforme a los artículos 10 y 11 de este Reglamento, tendrán una reglamentación específica.

## **CAPITULO IV DE LOS ATLETAS**

### **Artículo 35.**

El atleta que por propia voluntad desea cambiarse de club, deberá cumplir con los siguientes requisitos.

- a) Presentar una nota de solicitud a la FPA dentro del periodo de pases que irá anualmente del 1 de enero a las 08:00 horas hasta el 28 de febrero, hasta las 18:00 hs. En ella indicará el nombre del club al cual desea cambiar.
- b) Adjuntar a la nota de solicitar el importe por derecho de pases. Este importe será fijado por la Comisión Directiva para cada año
- c) Deberá permanecer un año calendario como atleta en su nuevo club.
- d) La transferencia será consumada luego de ser aprobada por la comisión directiva en sesión ordinaria.

## ***REGLAMENTO TECNICO***

---

### **Artículo 36.**

El Directorio de la FPA se reserva el derecho de denegar el pedido de pase formulado por un atleta, en los siguientes casos:

- a) Cuando la entidad afiliada a la cual solicita su pase el atleta, no se halle al día en su pago de cuota de afiliación a la FPA.
- b) Cuando la entidad afiliada a la cual solicita su pase el atleta no haya participado por lo menos en un torneo organizado por la FPA en el año anterior, aplicándose igualmente lo precedentemente prescrito a las entidades recién afiliadas.
- c) Cuando la entidad a la cual solicita su pase un atleta extranjero no cuente por lo menos con una autorización de la asociación miembro de la IAAF en la que está registrado, confirmada luego por nota a la FPA.

### **Artículo 37.**

El número de pases de atletas por club será limitado, de acuerdo a las siguientes normas:

- a) Una entidad afiliada no podrá recibir más de 10 (diez) atletas en total, en cada periodo de pases (Cada año).
- b) Ninguna entidad afiliada podrá solicitar pases de más de 4 (cuatro) atletas de una misma entidad.
- c) Ninguna entidad afiliada podrá perder más de 10 (diez) atletas por año.

### **Artículo 38.**

La entidad afiliada que desee participar en torneos oficiales de la FPA con el concurso de atletas extranjeros deberá presentar una autorización de la Federación o Asociación del país de origen de los mismos, que deberá ser confirmado luego con una nota dirigida a la FPA por la Federación o Asociación del país de origen, similar a la FPA, dentro de los plazos legales establecidos en la Reglamentación de la IAAF. La FPA podrá denegar la inscripción de un atleta extranjero, aún si tiene la autorización de la Federación o Asociación del país de origen.

En caso de ser atleta libre, deberá presentarse una constancia sobre esta situación. Solo se admitirá el fichaje de atletas extranjeros libres que tengan residencia temporal o permanente en la República del Paraguay.

### **Artículo 39.**

Para poder participar por un club afiliado a la FPA, el atleta deberá estar fichado legalmente. Para este efecto, el club interesado deberá presentar en secretaria la ficha habilitante, debidamente completada, acompañada de dos fotos tipo carnet color y fotocopia de la Cédula de Identidad Paraguaya del atleta con el importe establecido para cada año. En Consejo Directivo deberá estudiar cada pedido de fichaje y en caso de aprobación, las fichas serán archivadas por la Dirección Administrativa, con comunicación a la Dirección de Alto Rendimiento, a la Dirección de Desarrollo y al Departamento de Competiciones, previa anotación de los datos en un registro computarizado por sexo y categorías.



## ***REGLAMENTO TECNICO***

---

Para que los atletas estén habilitados para participar por cualquier club, las fichas deberán ser aprobadas por la Comisión Directiva en sesión ordinaria.

### **Artículo 40.**

Los atletas de las entidades afiliadas que sean desafiliadas o expulsadas de la FPA quedarán en libertad de ficharse a cualquier otra entidad afiliada, previo pago de derecho de fichaje.

### **Artículo 41.**

La FPA no admitirá el doble fichaje de un atleta. De constatarse esta anomalía, el atleta no podrá participar en competencias oficiales de la FPA por el plazo de un año, y su fichaje será anulado.

## **CAPITULO V ELEGIBILIDAD PARA COMPETENCIAS INTERNACIONALES**

### **Artículo 42.**

Para representar a la FPA en eventos internacionales a realizarse en el país o en el exterior, los atletas serán elegidos por la Dirección de Alto Rendimiento con 30 días de anticipación a la fecha de evento en el cual deben participar.

La aprobación final de la delegación será realizada por el Directorio, en consulta con el Consejo Ejecutivo, 25 días antes de la fecha del evento en el cual deben participar.

Para que los atletas sean elegibles deberán cumplir con los requisitos establecidos por la Dirección de Alto Rendimiento para cada año, y que forman parte de este Reglamento como Anexo 3 y Anexo 4.

### **Artículo 43.**

El Directorio de la FPA podrá declarar no elegible a un atleta que cumpla con los requisitos técnicos establecidos por la Dirección de Alto Rendimiento. Para el efecto se requiere una mayoría de 2/3 de los miembros del Directorio y la resolución al respecto deberá ser fundada.

### **Artículo 44.**

Las delegaciones nacionales serán presididas por el Presidente de la FPA u otro miembro que designe el Directorio. Si las condiciones económicas permiten, cada delegación deberá estar acompañada de por lo menos un entrenador que será nominado por la Dirección de Alto Rendimiento.

## **CAPITULO VII DISPOSICIONES FINALES**

**Artículo 45.** Este Reglamento Técnico ha sido aprobado por el Directorio el 17 de diciembre de 2018 y entra a regir el 1 de enero de 2019.



## **REGLAMENTO TECNICO**

### **ANEXO 1 PRUEBAS POR CATEGORIAS**

Categorías PRUEBAS	Adultos	Juveniles (U20)	Menores (U18)	Cadetes (U16)
<b>VARONES</b>				
Carreras Planas	100	100	100	80
	200	200	200	150
	400	400	400	800
	800	800	800	1200
	1.500	1.500	1.500	2.000
	5.000	5.000	3.000	
	10.000	10.000		
Marcha Atlética	20 km 50 km	10000 (pista)	10000 (Pista)	5.000
Cross Country	12.000	8.000	6.000	4000
Carreras con vallas	110	110	110	100
	400	400	400	295
Obstáculos	3.000	3.000	2.000	1.500
Relevos	4x100	4x100	4x100	5x80
	4x400	4x400	4x400 mixto	8x200 mixta
Saltos	Alto	Alto	Alto	Alto
	Largo	Largo	Largo	Largo (16 mts de carrera)
	Triple	Triple	Triple	Garrocha (16 mts de carrera)
	Garrocha	Garrocha	Garrocha	Triple (16 mts de carrera)
Lanzamientos	Bala	Bala	Bala	Bala
	Disco	Disco	Disco	Disco
	Jabalina	Jabalina	Jabalina	Jabalina
	Martillo	Martillo	Martillo	Martillo
Pruebas Combinadas	Decatlón	Decatlón	Decatlon	Exatlon
<b>MUJERES</b>				
Carreras Planas	100	100	100	80
	200	200	200	150
	400	400	400	800
	800	800	800	1200
	1.500	1.500	1.500	2000
	5.000	3.000	3.000	
	10.000	5.000		
Marcha Atlética	20.000	10.000	5.000	3.000
Cross Country	8.000	6.000	4.000	3.000

### ***REGLAMENTO TECNICO***

Carreras con	100	100	100	80
Vallas	400	400	400	295
Obstáculos	3.000	3.000	2.000	1.500
Relevos	4x100 4x400	4x100 4x400	4x100 4x400 mixto	5x80 8 x 200 mixto
Salto	Alto Largo Triple Garrocha	Alto Largo Triple Garrocha	Alto Largo Triple Garrocha	Alto Largo (16 mts de carrera) Garrocha (16 mts de carrera) Triple (16 mts de carrera)
Lanzamientos	Bala Disco Jabalina Martillo	Bala Disco Martillo Jabalina	Bala Disco Jabalina Martillo	Bala Disco Jabalina Martillo
Pruebas combinadas	Heptatlón	Heptatlón	Heptatlón	Pentatlón

## **REGLAMENTO TECNICO**

### **ANEXO 2**

#### **a) Carreras con Vallas**

<b>Categorías</b>	<b>Pruebas</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Altura</b>	<b>Salida a</b>	<b>Entre</b>	<b>Última valla</b>
<b>Varones</b>	(Dist. en mts.)	<b>de Vallas</b>	<b>(metros)**</b>	<b>1° valla (m)</b>	<b>Vallas (m)</b>	<b>a meta (m)</b>
Mayores	110	10	1.067	13.72	9.14	14.02
	400	10	0.914	45.00	35.00	40.00
Juveniles	110	10	0.99	13.72	9.14	14.02
<b>(U20)</b>	400	10	0.914	45.00	35.00	40.00
Menores	110	10	0.914	13.72	9.14	14.02
<b>(U18)</b>	400	10	0.840	45.00	35.00	40.00
Cadetes	100	10	0.840	13.00	8.50	10.50
<b>(U16)</b>	295	7	0.762	45.00	35.00	40.00

<b>Categorías</b>	<b>Pruebas</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Altura</b>	<b>Salida a</b>	<b>Entre</b>	<b>Última valla</b>
<b>Mujeres</b>	(Dist. en mts.)	<b>de Vallas</b>	<b>(metros)</b>	<b>1° valla (m)</b>	<b>Vallas (m)</b>	<b>a meta (m)</b>
Mayores y Juveniles	100	10	0.840	13.00	8.50	10.50
<b>(U20)</b>	400	10	0.762	45.00	35.00	40.00
Menores	100	10	0.762	13.00	8.50	10.50
<b>(U18)</b>	400	10	0.762	45.00	35.00	40.00
Cadetes	80	8	0.762	12.00	8.00	12.00
<b>(U16)</b>	295	7	0.762	45.00	35.00	40.00

#### **b) Carreras con obstáculos**

##### **Varones**

<b>Categorías</b>	<b>Pruebas</b> (dist. en mts.)	<b>Altura</b> (metros)	<b>Cant. total de obstáculos</b>	<b>Obstáculos foso con agua</b>	<b>Obstáculos de pista</b>
Mayores Juveniles <b>(U20)</b>	3.000	0.914	35	7	28
Menores <b>(U18)</b>	2.000	0.914	23	5	18
Cadetes <b>(U16)</b>	1.500	0.762	15	3	12

##### **Mujeres**

<b>Categorías</b>	<b>Pruebas</b> (dist. en mts.)	<b>Altura</b> (metros)	<b>Cant. total de obstáculos</b>	<b>Obstáculos foso con agua</b>	<b>Obstáculos de pista</b>
Mayores y Juveniles <b>(U20)</b>	3.000	0.762	35	7	28
Menores <b>(U18)</b>	2.000	0.762	23	5	18
Infantiles <b>(U16)</b>	1.500	0.762	15	3	12

## **REGLAMENTO TECNICO**

### c) Saltos

**Salto Triple Menores** (recomendación alternativa para competencias en el país).

Distancia desde la línea de salto (tabla de rechazo) al inicio del foso de arena

- i. Mujeres: 9 metros
- ii. Varones: 11 metros

### d) Lanzamientos

#### Varones

Pruebas / Categorías	Mayores	Juveniles (U20)	Menores (U18)	Cadetes (U16)
Bala	7,260	6,000	5,000	4,000
(diámetro: mm)	110 -130	105 - 125	100 -120	95 -110
Disco	2,000	1,750	1,500	1,000
Jabalina	0,800	0,800	0,700	0,600
Martillo	7,260	6,000	5,000	4,000
				95-110
				1,160 -1.195
(diámetro: mm)	110 – 130	105 - 125	100 – 120	
(Longitud: m)	1,175 - 1,215	1,175 - 1,215	1,165 - 1,20	

#### Mujeres

Pruebas / Categorías	Mayores y Juveniles (U20)	Menores (U18)	Cadetes (U16)
Bala	4,000	3,000	3,000
(diámetro: mm)	95 -110	85-110	85-110
Disco	1,000	1,000	0,750
Jabalina	0,600	0,500	0,500
Martillo	4,000	3,000	3,000
(diámetro: mm)	95 – 110	95-100	95-100
(Longitud: m)	1,160 - 1,195	1,195	1,195

Los pesos están señalados en kilogramos

### e) Pruebas Combinadas

#### Varones

CATEGORÍAS	Mayores y Juveniles (U20)	Menores (U18)	Cadetes (U16)
<b>PRUEBAS</b>	<b>Decatlón</b>	<b>Decatlon</b>	<b>Exatlon</b>
<b>1º día</b>	100m Largo Bala Alto 400m	100m Largo Bala Alto 400m	100 mts c/vallas Largo Bala

### **REGLAMENTO TECNICO**

<b>2° día</b>	110v Disco Garrocha Jabalina 1.500m	110v Disco Garrocha Jabalina 1500 mts	Alto Lanzamiento de Jabalina 800 mts llanos
---------------	---	---	---

#### **Mujeres**

<b>CATEGORÍAS</b>	<b>Mayores y Juveniles (U20)</b>	<b>Menores (U18)</b>	<b>Cadetes (U16)</b>
<b>PRUEBAS</b>	<b>Heptatlón</b>	<b>Heptatlón</b>	<b>Pentatlón</b>
<b>1° día</b>	100v Alto Bala 200m	100v Alto Bala 200m	80m c/v Alto Bala
<b>2° día</b>	Largo Jabalina 800m	Largo Jabalina 800m	Largo 600

Las alturas y distancias en carreras con vallas y los pesos de los implementos corresponden a los de las pruebas individuales de cada categoría.



Federación Paraguaya de Atletismo

## REGLAMENTO TECNICO

### MARCAS MINIMAS 2019

#### VARONES

PRUEBAS	Campeonato Mundial	Juegos Panamericanos	Sudamericanos		Panamericanos	Sudamericanos	
	Mayores	Mayores	Mayores		U20	U20	
FECHAS	27/09 al 03/10	06-08/Ago	24-26/May		19-21/Jul	15/16-jun	
LUGAR	Doha	Lima - PER	Peru		Costa Rica	Colombia	
			A	B		A	B
100mts	10.10	10.30	10.51	10.72	10.52	10.81	10.91
200mts	20.40	20.60	21.42	21.83	21.47	21.91	22.12
400m	45.30	46.10	47.62	48.57	47.98	49.58	50.07
800m	1:45.80	1.48.80	1.50.35	1.53.95	1.52.88	1.55.98	1.57.13
1500m	3:36.00	3.47.50	3.49.39	3.53.97	4.00.26	4.12.00	4.14.52
5000m	13:22.50	14.10.00	14.23.96	14.41.23	15.19.12	16.27.53	16.37.40
10000m	27:40.00	29.50.00	30.35.13	31.11.83	32.57.07	33.18.71	33.38.69
Marathon	2:16:00	2.20.00					
110 C/Vallas	13.46	13.80	14.27	14.55	13.94	14.37	14.51
400 C/Vallas	49:30:00	50.70	51.85	52.88	53.38	57.03	57.60
3000 C/Ostaculos	8:29.00	8.55.00	09.01.72	09.12.55	9.41.38	9.55.91	10.01.86
Marcha 10000m					43.51.69	45.59.20	46.26.79
Marcha 20km	1:22:30	1.25.00	1.30.49.75	1.32.38.74			
Marcha 50km	3:59:00	4.15.00					
S. Alto	2.30	2.22	2.10	2.06	2.04	1.90	1.86
S. Largo	8.17	7.90	7.48	7.33	7.38	6.98	6.84
S. Triple	16.95	16.50	15.66	15.34	15.14	14.29	14.00
S. Garrocha	5.71	5.20	4.66	4.56	4.60	4.20	4.11
I. Bala	20.70	18.50	17.13	16.78	17.44	16.45	16.12
L. Disco	65.00	60.00	52.15	51.11	52.36	48.01	47.04
L. Jabalina	83.00	76.00	68.53	67.15	63.63	58.16	56.99
L. Martillo	76.00	68.00	60.24	59.03	68.55	61.84	60.60
Combinadas	8200 puntos	7.300 pts	6516 pts	6385	6529 pts	5593pts	5481 pts



Federación Paraguaya de Atletismo

## REGLAMENTO TECNICO

# MARCAS MINIMAS 2019

### MUJERES

PRUEBAS	Campeonato Mundial	Juegos Panamericanos	Sudamericanos		Panamericanos	Sudamericanos	
	Mayores	Mayores	Mayores		U20	U20	
FECHAS	27/09 al 03/10	06-08/Ago	24-26/May		19-21/Jul	15/16-jun	
LUGAR	Doha	Lima - PER	Peru		Costa Rica	Colombia	
			A	B		A	B
100m	11.24	11.60	11.82	12.05	11.85	12.21	12.33
200m	23.02	23.40	24.27	24.75	24.15	25.05	25.30
400m	51.80	53.45	55.38	56.48	55.50	58.51	59.09
800m	2.00.60	2.04.00	2.10.62	2.13.23	2.14.53	2.19.82	2.21.21
1500m	4:06.50	2.04.00	4.30.50	4.35.91	4.45.14	4.50.00	4.52.00
3000m					10.14.86	10.50.20	10.56.70
5000m	15:22.0	16.48.00	17.01.20	17.21.62	18.13.88	19.55.90	20.07.85
10000m	31:50.00	34.10.00	34.56.23	35.38.15			
Marathon	2:37:00	2.50.00					
100 C/vallas	12.98	13.20	14.20	14.48	14.43	15.10	15.25
400 C/vallas	56.00	56.30	60.89	62.10	62.00	65.52	66.17
Obstáculos	9:40.00	10.15.00	10.54.07	11.07.15	11.17.78	11.59.95	12.07.14
Marcha 20km	1:33:00	1.37.00	1.46.02.6	1.48.09.85			
Marcha 50km	4:30:00	4.55.00					
S. Alto	1.94	1.80	1.70	1.66	1.71	1.65	1.61
S. Largo	6.72	6.48	6.12	6.00	5.89	5.60	5.48
S. Triple	14.20	13.60	12.75	12.50	12.62	12.10	11.85
S. Garrocha	4.56	4.15	3.65	3.57	3.61	3.20	3.13
I.Bala	18.00	16.30	14.61	14.31	13.74	13.00	12.74
L. Disco	61.20	54.30	52.06	51.01	45.47	40.03	39.22
L. Jabalina	61.50	53.00	49.64	48.64	46.20	44.01	43.12
L. Martillo	71.00	65.40	58.98	57.80	50.69	48.74	47.73
Combinadas	6300 pts	5570 pts	4817 pts	4720 pts	4682 pts	4200 pts	4.116 pts



## REGLAMENTO TECNICO

---

### ANEXO 4 DIRECTRICES PARA PARTICIPACIÓN EN COMPETENCIAS INTERNACIONALES

1. La selección de los atletas a participar en las competencias internacionales será sobre la base del cumplimiento de las Marcas Mínimas establecidas por la Dirección de Alto Rendimiento y aprobadas por el Directorio de la FPA, hasta 45 días antes de la fecha de inicio de cada competición internacional. Pasado este plazo solo los atletas que obtengan una Marca “A” antes de la fecha de cierre de las inscripciones individuales y/o nominativas, podrán ser seleccionados sujeto a las disponibilidades presupuestarias.
2. La FPA comunicará el número de plazas disponibles para cada competición internacional, con 90 días de anticipación a cada evento. En caso de que el número de atletas con Marca Mínima “A” y Marca Mínima “B” supere el número de plazas disponibles, la FPA se hará cargo de los gastos de traslado de todos los atletas con Marca “A” y los atletas con Marca “B” mejor posicionados, por su acercamiento a la Marca “A”, hasta completar el número de plazas disponibles conforme a los proyectos presentados. Los demás atletas con Marca “B” obtenida en el plazo establecido en el numero 1) de este Anexo, serán inscriptos a condición de que el club del atleta o el propio atleta se haga cargo de sus gastos de traslado.
3. Si ningún atleta obtiene la marca mínima, serán designados por el mayor acercamiento a la marca mínima, a propuesta de la Dirección de Alto Rendimiento y aprobación por parte del Directorio de la FPA, considerando únicamente las marcas realizadas en el periodo de tiempo establecido en numeral 1 de este Anexo.
4. Toda Marca Mínima establecida será confeccionada sobre la base de que el atleta pueda llegar a ubicarse, como mínimo, finalista en el evento en que participe.
5. En las competencias donde la Marca Mínima es impuestas por la IAAF o por la Federaciones de Área o Continental, si ningún atleta obtiene la marca mínima, se aplicará lo establecido en el numeral 2 de este Anexo, considerando también al atleta de mayores perspectivas de desarrollo y que pueda ubicarse en una posición acorde a sus potencialidades.



## REGLAMENTO TECNICO

---

6. De lo establecido en los apartados 1) y 2) se exceptúan las Carreras de ½ Maratón y Maratón y las de Pruebas Combinadas, para las que en previo acuerdo de la Dirección Técnica Nacional y su respectivo entrenador se buscará alternativas de pruebas para su evaluación.
7. Todos los atletas participantes en eventos internacionales 15 días antes como mínimo deberá presentar un certificado médico y de salud avalado por médicos o fisioterapeutas oficiales de la FPA o COP que demuestre que está apto para participar en el evento.
8. La máxima responsabilidad de las propuestas de la selección de atletas estará a cargo de la Dirección de Alto Rendimiento la cual será avalada por el Directorio de la FPA.
9. La designación de atletas a participar en competencias Internacionales será notificada inmediatamente después de su aprobación al club que este afiliado el mismo, así como a su colegio o escuela de encontrarse estudiando y de no estar afiliado a las autoridades de su departamento o región.
10. Todo atleta, su correspondiente entrenador y club al que pertenezca, serán notificados, cuando el mismo no sea designado para participar en un evento internacional a pesar de haber cumplido con la Marca Mínima establecida.
11. El atleta, entrenador y club tiene el derecho a apelar la exclusión de no participación en eventos internacionales, en un plazo no mayor de las 72 horas, después de haberse notificado dicha exclusión la misma será al Directorio de la FPA. Esta será la encargada de en igual periodo de tiempo (menos de 72 horas) emitir una resolución de respuesta a dicha apelación, cuya decisión será irrevocable al nivel de Federación.
12. Ningún miembro de la Dirección de Alto Rendimiento ni del Directorio de la FPA deberá emitir o brindar información fuera de lo establecido antes de que sea aprobada la decisión de participación de atletas y entrenadores en las Competencia Internacionales.
13. Las competencias internacionales que no aparecen reflejadas en este calendario (Grand Prix, Invitaciones personales, Campeonatos Nacionales de otros países, u otro tipo de competencias) y en la que el entrenador del atleta y el propio atleta desee participar, deberá solicitar la autorización de la Dirección de Alto Rendimiento y la posterior aprobación del Directorio de la FPA, la cual será notificada a través de nota oficial, y en



## **REGLAMENTO TECNICO**

---

la que la Federación se hará cargo única y exclusivamente de informar a los organizadores del evento de la participación del atleta, el cual es representante de nuestra Federación, sin hacerse cargo adicional de ningún otro compromiso (pasaje, alimentación, alojamiento, viáticos, etc.).