

MARATHON



REGLAMENTO DE PREMIOS, VIAJES, UNIFORMIDAD E INCOMPARECENCIAS

TEMPORADA 2009-2010

Formar parte de la Agrupación Deportiva Marathon da derecho a una amplia gama de beneficios, variables en función del nivel de resultados y sujetos a diversas condiciones y limitaciones. Este documento reúne y detalla todo ello. En caso de duda sobre algún punto de este reglamento, pueden remitirse consultas a inesmarathon@hotmail.com o alopezalon@gmail.com

A) CUESTIONES GENERALES

1) Además de lo dispuesto en este reglamento, existen otros beneficios a disposición de los atletas del club, detallados en nuestra página Web:

<http://www.admarathon.es/club/asociarse.html>

2) Cada temporada se obtendrá la **exención de pagar cuota de socio** por haber competido con mínima en un Cto. de España de la temporada anterior, o haber formado parte del equipo de club al menos 2 veces entre competiciones nacionales de clubes absolutas y junior.

3) En la inscripción de cualquier prueba, incluidas todas las carreras populares y de cross, **hay que hacer constar que se pertenece a la A.D. Marathon.**

4) Para mejor control del club y para poder aparecer en nuestra página Web recomendamos que siempre que se compita fuera de la Comunidad de Madrid en pruebas que no sean campeonatos nacionales, **se comunique el resultado** al correo gferrero1944@yahoo.es o a admarathon@admarathon.es

5) **Los/las atletas deben notificar de inmediato cualquier cambio en sus datos de contacto** (teléfono, dirección de correo postal y electrónico) o de entrenador, si se da el caso, a la oficina del club y a la Dirección Técnica (mismos e-mail del punto 4)

6) Cada temporada, la Comisión Técnica establecerá una lista de atletas con derecho a recibir **15 sesiones de fisioterapia pagadas por el Club** en el Centro Médico del Club Estudiantes:

http://www.clubestudiantes.com/frontend/clubestudiantes/noticia.php?id_noticia=73&id_seccion=51

En caso de no querer o poder hacer uso de ese derecho, el club subvencionará hasta 150 € de facturas de servicios de fisioterapia o masaje recibidos por el/la atleta.

B) MATERIAL DEPORTIVO

7) Todos los atletas del Club recibirán **cada año** camiseta de calentamiento y de competición y pantalón o malla corta (las chicas también podrán elegir top y braguita). Se entregará también chándal del club **cada dos años** (excepto alumnos no federados de escuelas de iniciación). Todo ello de marca **Asics**.

Los/las atletas con mínima de Campeonato de España o al menos dos participaciones por temporada en competiciones nacionales absolutas por clubes, tendrán derecho a **un par de zapatillas Asics** por temporada, a elegir entre calentamiento, clavos y especialidad. Se obtendrá **un segundo par** con mínima de Cto. de España absoluto de pista (AL o PC).

8) Se recuerda a todos/as los/as atletas la **obligatoriedad de vestir únicamente el uniforme del club** en cualquier clase de prueba, ya sea un control, una popular, etc., tanto durante el calentamiento como durante la competición y la entrega de premios, en su caso.

9) **Colocación del dorsal:** es **IMPRESINDIBLE colocarlo sin que tape ningún texto o símbolo:** escudo y nombre de la A.D. Marathon y logotipos de Asics o patrocinadores. Se ruega a las atletas que tengan especial cuidado al situar los dorsales en sus "top".

10) El incumplimiento de las normas sobre uniformidad o dorsales acarreará las siguientes sanciones: **1º = amonestación por escrito; 2º = descuento del 10% del total de premios en metálico; 3º = descuento del 25% del total de premios.**

11) La A.D. Marathon establecerá una selección de atletas que por su rendimiento y méritos reciben prendas adicionales y otros elementos de material deportivo **Asics**, cuya utilización está sujeta a las siguientes pautas de obligado cumplimiento:

- Todo el material recibido podrá usarse libremente en entrenamientos, viajes, concentraciones, etc., **debiendo vestir exclusivamente el uniforme oficial del club en las competiciones, calentamiento de éstas y recogida de premios**, en su caso.
- El material extra recibido es **intransferible**, no pudiéndose regalar, prestar, cambiar, etc. a otros atletas del club y menos a atletas de otros clubes.

El incumplimiento de esta norma puede acarrear, además de las sanciones del artículo anterior, la no adjudicación de este material extra en temporadas sucesivas.

12) El club intentará atender, en la medida de sus posibilidades, las necesidades de equipamiento deportivo (artefactos de lanzamientos, pértigas, etc.) que sean planteadas por los/las atletas del club o sus entrenadores.

C) VIAJES

13) En las condiciones que se indican más adelante, el Club correrá con los gastos de viaje y estancia en pensión completa de los participantes con mínima en Campeonatos de España y de aquellos/as repescados/as que se clasifiquen hasta el puesto 12º. El resto de atletas de repesca abonarán el 50%. La inscripción sin mínima se hará a instancias del/de la interesado/a.

14) En los campeonatos nacionales individuales y de clubes **el club organizará y costeará el viaje y la estancia en pensión completa**. Aquellos atletas que por causas de fuerza mayor debidamente justificada no puedan adaptarse al plan de viaje establecido, deberán pedir autorización a la Comisión Técnica y acordar un plan de viaje alternativo así como la ayuda a conceder en su caso, si procede.

15) Cuando se forme parte de la expedición del club y el/la atleta decida voluntariamente cambiar con poca antelación o sobre la marcha su plan de viaje, **le será repercutidos al/ a la atleta causante el coste de los servicios contratados que resulte imposible anular (alojamiento, cenas, comidas, desayunos, billetes)**. Si por dicho cambio voluntario el/la atleta incurre además en otros gastos, estos correrán por su cuenta.

16) Los atletas no residentes en Madrid se desplazarán **en autobús o en tren** a Madrid o, si fuera más ventajoso, directamente a la localidad donde se celebre la competición.

Los viajes en **avión** se autorizarán por la Comisión Técnica **en casos excepcionales**, para desplazamientos largos, y el precio de los pasajes, obtenidos por la oficina del club o por el atleta, será pactado antes de adquirirlos.

17) Solo se abonarán gastos de desplazamiento en **vehículo particular mediante autorización previa de la Comisión Técnica**. La liquidación del kilometraje se hará a 0,11 cts./km. Los peajes, si los hubiere, se pagarán aparte.

No se pagarán taxis salvo autorización previa en casos justificados.

18) Se establecen las siguientes cantidades **máximas** para manutención en desplazamientos individuales:
Comidas: 12 euros; Cenas: 10 euros; Desayunos: 5 euros.

19) De todos los gastos, billetes, peajes, comidas, combustible, etc. será necesario **presentar justificantes** a la hora de la liquidación.

20) **Viajes de veteranos:** En los Campeonatos de España por clubes, el club decidirá el plan de viaje y estancia, cubriendo los gastos resultantes. En los nacionales individuales de pista (AL o PC) se darán ayudas de 90, 60 o 50 € a los/las atletas que en dichos campeonatos consigan marcas que superen

respectivamente los siguientes porcentajes de las tablas de veteranos:
<http://www.rfea.es/veteranos/pdf/tablas puntuacion.pdf>

Carreras y marcha masculinas: 85%, 80% o 75%. Carreras y marcha femeninas: 80%, 75%, 70%. Saltos y combinadas: 70%, 65%, 60%. Lanzamientos: 60%, 55%, 50%.

21) **Desplazamiento de entrenadores a Ctos. de España y ligas nacionales:** En los Ctos. de España en los que el club tenga 8 o menos participantes, el club designará un entrenador como oficial de la expedición. Entre ocho y 16 atletas participantes, se designaran dos entrenadores.

A partir de 12 atletas, se designará un directivo como Jefe de Expedición. A partir de 16 atletas participantes, se designarán tres entrenadores.

Se procurará que haya un turno rotativo entre los entrenadores, al tiempo que se procurará atender al criterio de que en cada campeonato o jornada de clubes los entrenadores designados sean aquellos que mas atletas tengan en competición o realicen aquellas pruebas que requieran una mayor atención técnica.

Los entrenadores que tengan interés en asistir deben dirigirse con la mayor antelación posible a la dirección técnica del club y especialmente a Inés Marín (685 497 542 o inesmarathon@hotmail.com).

Los entrenadores que se desplacen con los equipos vendrán obligados a realizar un sucinto informe técnico de la actuación de los atletas participantes (cuando viajen varios entrenadores se repartirán los informes).

D) PARTICIPACIONES E INCOMPARENCIAS

22) **La participación en las competiciones de Clubes es obligatoria** salvo causas de fuerza mayor debidamente acreditadas ante la Comisión Técnica (por ejemplo: accidente, lesión grave, examen o trabajo el día de competición cuya fecha o turno resulte inamovible y que impida llegar a tiempo a la prueba). **Cada incumplimiento de esta obligación en una competición nacional originará un descuento del 20% del total de premios de la temporada o del 10% si la competición es autonómica, con un máximo del 50%.**

23) En caso de aducir lesión para no tomar parte en una competición de clubes, se aplicarán las sanciones del Artículo anterior **en el caso de competir en los 3 días siguientes al de la Competición de Clubes.**

24) Aquellos/as atletas seleccionados/as para formar parte del equipo del club en competiciones nacionales o autonómicas de clubes **no podrán participar en ninguna otra competición en los dos días anteriores** a la celebración de dichas competiciones. No se obtendrán premios de aquellas competiciones de clubes donde se incumpla dicha obligación.

E) PREMIOS EN METÁLICO

25) Los/las atletas del club obtendrán premios en metálico **tanto por marcas como por puestos** con arreglo a los baremos que se detallan en las páginas siguientes.

26) En caso de lesión o enfermedad grave acreditada con informe médico, cuyo tratamiento requiera intervención quirúrgica o cese prolongado de los entrenamientos, **se garantiza un 50% del premio por marca de la temporada anterior, hasta un máximo de 2000 €**, en caso de no haber obtenido del total de ambos baremos del club un importe superior y siempre que tras el alta médica se retomen los entrenamientos y competiciones.

De las siguientes tablas de marcas, cada atleta obtendrá el mayor de los premios a los que pudiera tener derecho.

1) BAREMO ABSOLUTO

Hombres	4.900 €	3.400 €	2.500 €	2.000 €	1.500 €	1.100 €	750 €	400 €	250 €	125 €
100 ml	10,45	10,55	10,65	10,75	10,80	10,85	10,95	11,00	11,10	11,15
60 ml P.C.	6,70	6,76	6,82	6,87	6,92	6,97	7,01	7,06	7,10	7,15
200 ml	21,10	21,40	21,55	21,70	21,85	22,00	22,15	22,30	22,45	22,60
200 ml PC	21,50	21,80	21,95	22,10	22,25	22,40	22,53	22,70	22,85	23,00
400 ml	46,70	47,10	47,45	47,80	48,25	48,70	49,05	49,45	49,85	50,10
400 ml PC	47,70	48,10	48,45	48,80	49,25	49,70	50,05	50,45	50,85	51,10
800 ml	1'47.60	1'48.50	1'49.30	1'50.20	1'51.20	1'52.10	1'53	1'54	1'55	1'56
800 ml PC	1'48.60	1'49.50	1'50.30	1'51.20	1'52.20	1'53.20	1'54	1'55	1'56	1'57
1.500 ml	3'38	3'41	3'43'50	3'45	3'47	3'50	3'53	3'56	3'59	4'02
1.500 ml PC	3'39.50	3'42.50	3'45	3'46.50	3'48.50	3'51.50	3'54.50	3'57.50	4'00.50	4'03.50
5.000 ml	13'35	13'48	14'00	14'15	14'30	14'40	14'55	15'05	15'20	15'35
10.000 ml	28'10	28'40	29'15	29'40	30'15	30'40	31'10	31'35	32'05	32'40
1/2 Maratón	1h 03'15	1h 04'10	1h 05'00	1h 06'00	1h 07'00	1h 08'10	1h 09'10	1h 10'00	1h 11'00	1h11'30
110 mv	13'90	14,20	14,50	14,70	15,00	15,20	15,50	15,70	15,90	16,10
60mv PC	7,70	8,05	8,15	8,25	8,35	8,50	8,65	8,80	9,00	9,10
400 MV	50,60	51,60	52,10	53,30	53,90	54,90	55,90	56,80	57,20	57,80
3.000 obst	8'30	8'36	8'44	8'52	9'02	9'12	9'25	9'37	9'47	9'55
Altura	2,22	2,14	2,11	2,06	2,03	2,01	1,96	1,92	1,89	1,85
Pértiga	5,35	5,20	5,10	5,00	4,75	4,50	4,35	4,25	4,20	4,10
Longitud	7,80	7,65	7,55	7,40	7,25	7,10	6,95	6,80	6,75	6,70
Triple	16,20	15,70	15,45	15,20	14,95	14,60	14,30	13,90	13,70	13,50
Peso	19,20	18,50	17,50	16,25	15,40	14,75	14,25	13,75	13,50	13,10
Disco	60,00	55,30	53,10	50,90	48,70	46,25	43,80	41,75	40,50	39,00
Martillo	68,00	64,00	61,00	58,00	55,00	52,00	50,00	48,00	46,00	44,00
Jabalina	73,75	69,25	66,43	64,50	62,25	59,00	56,00	53,25	51,00	49,75
5 km marcha pista	19'20	20'00	20'25	21'00	21'30	22'25	23'15	24'00	24'40	25'15

Mujeres	4.900 €	3.400 €	2.500 €	2.000 €	1.500 €	1.100 €	750 €	400 €	250 €	125 €
100 ml	11,60	11,85	11,90	12,05	12,20	12,35	12,45	12,55	12,65	12,75
60ml PC	7,39	7,53	7,56	7,69	7,77	7,86	7,92	8,00	8,06	8,10
200 ml	23,90	24,25	24,55	24,80	25,05	25,35	25,60	25,90	26,20	26,50
200 ML PC	24,30	24,65	24,95	25,20	25,45	25,75	26,00	26,30	26,60	26,90
400 ml	54,20	54,85	55,40	56,15	56,90	57,55	58,30	59,00	59,75	1'00,50
400 ml PC	55,22	55,85	56,38	57,14	57,90	58,54	59,30	59,96	60,54	60,99
800 ml	2'03	2'05	2'08	2'10	2'12	2'14	2'16	2'18	2'20	2'22,50
800 ml PC	2'04	2'06	2'09	2'11	2'13	2'15	2'17	2'19	2'21	2'23,50
1.500 ml	4'10	4'14	4'19	4'25	4'30	4'35	4'40	4'45	4'51	4'58
1.500 ml PC	4'11,50	4'15,50	4'20,50	4'26,50	4'31,50	4'36,50	4'41,50	4'46,50	4'52,50	4'59,50
5.000 ml	15'35	15'55	16'27	17'00	17'25	17'55	18'20	18'50	19'15	19'50
10.000 ml	32'10	33'00	33'55	35'05	35'35	36'55	37'50	38'50	39'40	40'50
1/2 Maratón	1h 12'00	1h 13'30	1h 14'35	1h 16'00	1h 17'45	1h 20'00	1h 22'30	1h 24'30	1h 26'15	1h 28'00
100 mv	13,25	13,65	13,95	14,40	14,75	14,95	15,20	15,50	15,95	16,20
60mv PC	8,15	8,40	8,60	8,80	8,98	9,20	9,40	9,80	10,00	10,20
400 MV	57'60	59'40	1'00,90	1'02,40	1'03,80	1'05,00	1'06,00	1'06,70	1'07,40	1'07,80
3.000 obst	9'40	9'53	10'15	10'40	11'00	11'23	11'47	12'05	12'25	12'45
Altura	1,89	1,78	1,74	1,71	1,69	1,64	1,62	1,60	1,57	1,55
Pértiga	4,22	4,05	3,85	3,60	3,40	3,20	3,05	2,90	2,80	2,70
Longitud	6,55	6,20	6,02	5,85	5,75	5,65	5,55	5,45	5,35	5,25
Triple	14,00	13,45	13,00	12,60	12,35	12,00	11,70	11,40	11,20	11,00
Peso	16,70	14,70	13,50	12,70	12,30	11,90	11,50	11,20	10,90	10,70
Disco	54,40	51,50	46,00	43,00	40,00	38,00	36,00	34,00	32,00	30,00
Martillo	63,30	58,50	54,20	52,00	48,00	46,00	44,00	41,00	39,00	36,00
Jabalina	51,40	48,18	46,40	43,80	41,00	38,00	36,00	34,00	32,00	30,00
5 km marcha pista	21'15	22'34	23'40	24'15	25'00	25'50	26'40	27'30	28'20	29'20

2) CATEGORÍA PROMESA: 250 € por mínima de su campeonato de España (AL o PC) y que por marcas no tengan otro premio mayor

3) CATEGORIA CADETE: 150 € Por hacer mínima del campeonato de España de aire libre o pista cubierta

4) BAREMO JUNIOR

Aplicable a aquellos/as atletas de categoría junior que no alcancen por el baremo absoluto un premio superior.

Prueba	MASCULINO			Prueba	FEMENINO		
	300 €	200 €	100 €		300 €	200 €	100 €
100	11.18	11.35	11.52	100	12.64	13.10	13.30
200	22.80	23.20	23.61	200	25.88	26.90	27.36
400	50.08	51.00	51.95	400	58.65	1'01	1'02.07
800	1'54.04	1'56.00	1'57.95	800	2'17.82	2'22.50	2'24.55
1500	3'56.71	4'01.00	4'05.25	1500	4'48.43	4'59.00	5'03.73
3000	3000	10'11.27	10'35	10'45.73
5000	15'15	15'30	15'55	5000	19'20	19'50	20'00
110mv	16.24	16.60	16.95	100 mv	16.45	17.15	17.46
400v	56.84	58.10	59.37	400v	1'06.80	1'09.50	1'10.71
3000 obst	9'48	9'55	10'04	3000 obst	12'27	12'45	12'57
Altura	1,90	1,85	1,82	Altura	1,57	1,55	1,52
Longitud	6,75	6,70	6,50	Longitud	5,35	5,25	5,15
Pértiga	4,15	4,10	3,85	Pértiga	2,85	2,70	2,60
Triple	13,75	13,50	13,30	Triple	11,20	11,00	10,90
Jabalina	48,50	47,00	45,00	Jabalina	32,00	30,00	28,00
Peso	VER BAREMO ESPECÍFICO			Peso	11,00	10,50	10,00
Disco				Disco	32,00	30,00	29,00
Martillo				Martillo	39,00	36,00	33,00
5km mar pista				24'45	25'15	26'00	5km mar pista

LANZAMIENTOS	100 €	200 €	300 €	400 €	500 €	600 €	700 €
PESO (6 KG)	12,00	12,50	13,00	13,50	14,00	14,50	15,00
DISCO (1,75 KG)	39,00	40,00	41,00	42,00	43,00	44,00	45,00
MARTILLO (6 KG)	35,00	37,00	39,00	41,00	43,00	45,00	47,00

5) BAREMO JUVENIL

Aplicable a aquellos/as atletas de categoría juvenil que no alcancen por el baremo absoluto un premio superior.

MASCULINO			
Prueba	300 €	200 €	100 €
100	11.32	11.50	11.68
200	23.04	23.45	23.87
400	51.04	52.00	52.97
800	1'56.95	1'59.00	2'01.05
1500	4'04.55	4'09.00	4'13.60
3000	8'50.84	9'00.00	9'10.00
5000	15'46.33	16'05.00	16'24.25
110 v	15.67	16.00	16.34
400v	57.16	58.40	59.71
2000 obst	6'16	6'25	6'33
Altura	1,86	1,82	1,79
Longitud	6,70	6,45	6,20
Pértiga	4,05	3,90	3,75
Triple	13,50	13,15	12,70
Jabalina	VER BAREMO ESPECÍFICO		
Peso			
Disco			
Martillo			
5km mar pista	25'10	26'45	27'10

FEMENINO			
Prueba	300 €	200 €	100 €
100	12.64	13.10	13.30
200	25.98	27.00	27.46
400	59.12	1'01.50	1'02.57
800	2'18.34	2'23.00	2'25.10
1500	4'53.22	5'04.00	5'08.84
3000	10'50	11'00	11'10
5000	18'54.50	19'40	20'00.62
100v	15.70	16.20	16.50
400v	1'07.50	1'09.50	1'11.00
3000 obst	12 mejores		
Altura	1,55	1,52	1,49
Longitud	5,30	5,20	5,10
Pértiga	2,75	2,70	2'60
Triple	11,20	11,00	10,90
Peso	10,50	10,00	9,50
Disco	31,00	29,00	27,00
Jabalina	31,00	29,00	27,00
Martillo	37,00	34,00	31,00
5km mar pista	28'30	29'10	29'55

LANZAMIENTOS	100 €	200 €	300 €	400 €	500 €	600 €	700 €
PESO (5 KG)	12,50	13,00	13,50	14,00	14,50	15,00	15,50
DISCO (1,50 KG)	39,00	40,00	41,00	42,00	43,00	44,00	45,00
MARTILLO (5 KG)	35,00	37,00	39,00	41,00	43,00	45,00	47,00
JABALINA (700 GR)	40,00	42,00	44,00	46,00	48,00	50,00	52,00

CAMPEONATOS DE ESPAÑA ABSOLUTOS

PUESTO	PISTA CUBIERTA	PISTA AIRE LIBRE, MEDIO MARATÓN Y 20 KM MARCHA	MARATÓN Y 50 KM MARCHA	RELEVOS (por persona)
Primer puesto	600	750	500	250
Segundo puesto	500	625	350	175
Tercer puesto	400	500	250	150
Cuarto puesto	250	350	125	100
Quinto puesto	175	250	75	80
Sexto puesto	100	175	50	50
Séptimo puesto		125		
Octavo puesto		75		

CAMPEONATOS DE ESPAÑA INDIVIDUALES, DE PROMESAS A CADETES

PUESTO	CTO ESPAÑA PROMESA	CTO ESPAÑA JUNIOR	CTO ESPAÑA JUVENIL	CTO ESPAÑA CADETE
Primero	400	360	300	200
Segundo	340	300	240	140
Tercero	260	240	160	100
Cuarto	180	160	100	60
Quinto	120	100	80	30
Sexto	90	80	60	0

Atención: excepto si se queda en uno de los dos últimos puestos del total de la prueba.

CAMPEONATOS DE ESPAÑA EN RUTA

PUESTO	MEDIA MARATÓN POR EQUIPOS MASCULINO	MEDIA MARATÓN POR EQUIPOS FEMENINO	MILLA EN RUTA	10 KM EN RUTA
Primer puesto	250	250	250	250
Segundo puesto	150	125	150	150
Tercer puesto	130	80	130	130
Cuarto puesto	80	50	80	80
Quinto puesto	50	Según puesto del equipo, para cada integrante hasta la 4ª. 50% para 5ª y 6ª.	50	50
	Según puesto del equipo, para cada integrante que puntue. 50% al resto hasta 6º.			

CAMPEONATOS DE MADRID ABSOLUTOS

PUESTO	PISTA CUBIERTA	AIRE LIBRE	RELEVOS por persona	COPA CLUBES P.C., M Y F	CTO. CLUBES A. L., M Y F
Primer puesto	50	50	30	600 A REPARTIR SI ADM 1º	1500 A REPARTIR SI ADM 1º

Premios en Euros.

Atención a las normas sobre viajes, ausencias y uniformidad

COPAS DEL REY Y DE LA REINA Y COPA DE CLUBES DE AIRE LIBRE

PUESTO INDIVIDUAL	
Primero	180
Segundo	140
Tercero	100
Cuarto	70
Quinto	40
RELEVOS 1º por persona	100
RELEVOS 2º por persona	75
RELEVOS 3º por persona	50

CAMPEONATO DE CLUBES DE DIVISIÓN DE HONOR
A) PREMIOS DIRECTOS POR PUESTOS:

PUESTO	1ª JORNADA	2ª JORNADA TÍTULO	2ª JORN. DESCENSO	FINAL TÍTULO	FINAL DESCENSO
Primero	225	270	165	300	165
Segundo	165	225	120	270	120
Tercero	105	165	67	225	65
Cuarto	60	105	0	165	0
Quinto	0	60	0	120	0
Sexto	0	0	0	60	0
RELEVO 1º, por persona	60	80	60	105	60
RELEVO 2º, por persona	30	60	30	80	30
RELEVO 3º, por persona	0	30	0	60	0

B) PREMIOS POR PUNTOS: el total adjudicado en el apartado A) se complementará hasta un máximo de 15.000 euros y ese resto se repartirá en proporción a los puntos aportados al equipo. El resultado se multiplicará por un coeficiente según el puesto final del equipo:

1º=1,2; 2º=0,99; 3º=0,98; 4º=0,97; 5º=0,95; 6º= 0,94; 7º=0,93; 8º=0,92; 9º=0,90; 10º=0,89; 11º=0,88; 12º=0,87; 13º=0,82; 14º=0,80; 15º=0,65; 16º=0,65.

COPAS NACIONALES JUNIOR		COPAS NACIONALES CADETES	
PUESTO	A. LIBRE Y PC	PUESTO	A. LIBRE Y PC
Primero	100	Primero	80
Segundo	80	Segundo	60
Tercero	60	Tercero	40
RELEVO 1º	25	RELEVO 1º	20

Descontando los premios directos, por ser campeones/as se repartirá el resto hasta 1000 € por puntos, 800 € para cada equipo 2º y 600 € si 3º.

CAMPEONATO DE ESPAÑA DE CROSS POR CLUBES

CATEGORÍA ABSOLUTA	HOMBRES, LARGO Y CORTO, SEGÚN POSICIÓN DEL ATLETA	MUJERES, LARGO Y CORTO SEGÚN POSICIÓN DE LA ATLETA	POR PUESTO DEL CLUB A CADA INTEGRANTE QUE PUNTUE	POR PUESTO DEL CLUB A CADA INTEGRANTE QUE NO PUNTUE
Primero/a	1250	1250	480	240
Segundo/a	1200	1200	420	210
Tercero/a	1150	1150	300	150
Cuarto/a	1100	1100	240	120
Quinto/a	1050	1050	180	90
Sexto/a	1000	1000	120	60
Séptimo/a	950	950	60	30
Octavo/a	900	900	60	30
Noveno/a	850	850		
Décimo/a	800	800		
Undécimo/a	750	725		
Duodécimo/a	700	650		
Decimotercero/a	650	575		
Decimocuarto/a	600	500		
Decimoquinto/a	550	425		
Decimosexto/a	500	350		
Decimoséptimo/a	450	275		
decimooctavo/a	400	200		
Decimonoveno/a	350	125		
vigésimo/a	300	50		
vigesimalprimero/a	250	50		
vigesimalsegundo/a	200	50		
vigesimaltercero/a	150			
Vigesimalcuarto/a	100			
Vigesimalquinto	50			
Vigesimalsexto	50			

PUESTO EQUIPO	PROMESA MASCULINO - FEMENINO	JUNIOR MASCULINO - FEMENINO	JUVENIL MASCULINO Y FEMENINO	CADETE MASCULINO Y FEMENINO
Primero	200 - 200	180 - 180	100	80
Segundo	150 - 130	140 - 120	80	60
Tercero	120 - 80	100 - 80	60	40
Cuarto	100 - 0	80 - 50	40	20
Quinto	80 - 0	60 - 0	20	

Por persona que puntue, el resto 50%

PUESTO ATLETA	PROMESA	JUNIOR	JUVENIL	CADETE MASCULINO Y FEMENINO
	MASCULINO - FEMENINO	MASCULINO - FEMENINO	MASCULINO Y FEMENINO	
Primero	350 - 350	300 - 300	250	200
Segundo	275 - 250	225 - 200	175	125
Tercero	200 - 150	150 - 130	100	80
Cuarto	140 - 100	110 - 80	80	60
Quinto	100 - 80	80 - 70	70	50
Sexto	80 - 60	60 - 50	60	40
Séptimo	60 - 40	50 - 40	50	30
Octavo	50 - 30	40 - 20	40	20
Noveno	40 - 0	30 - 0	30	
Décimo	30 - 0	20 - 0	20	

AUTONÓMICOS DE CROSS ABSOLUTOS

PUESTO	HOMBRES LARGO Y CORTO POR PUESTO DEL ATLETA EN EL CTO. DE CLUBES	MUJERES LARGO Y CORTO POR PUESTO DEL ATLETA EN EL CTO. DE CLUBES	POR PUESTO DEL CLUB A CADA INTEGRANTE MASCULINO QUE PUNTUE-NO PUNTUE (hasta 6º)	POR PUESTO DEL CLUB A CADA INTEGRANTE FEMENINO QUE PUNTUE- NO PUNTUE (hasta 6º)	CAMPEONATO INDIVIDUAL (solo si se disputa en distinta fecha que el de Clubes)
Primero	200	200	120-60	120-60	60
Segundo	150	150	80-40	60-30	40
Tercero	100	100	60-30		20
Cuarto	60	60	40-20		
Quinto	40	40			

CTO. DE MADRID DE CROSS, CATEGORÍAS MENORES

PUESTO	POR PUESTO INDIVIDUAL EN EL CTO. DE CLUBES JUNIOR O PROMESA	POR PUESTO DEL CLUB A CADA INTEGRANTE MASCULINO QUE PUNTUE-NO PUNTUE EN JUNIOR O PROMESA	POR PUESTO DEL CLUB A CADA INTEGRANTE FEMENINO QUE PUNTUE- NO PUNTUE EN JUNIOR O PROMESA	CTO. DE CLUBES JUVENIL M Y F, POR PUESTO INDIVIDUAL Y PUESTO DEL CLUB A LOS QUE PUNTÚEN	CTO. DE CLUBES CADETE M Y F, POR PUESTO INDIVIDUAL Y PUESTO DEL CLUB A LOS QUE PUNTÚEN
Primero	150	80-40	80-40	100 - 60	90 - 60
Segundo	100	50-25	50-25	70 - 30	60 - 30
Tercero	50	20-10		40 - 0	40 - 0

50% A LOS/LAS QUE NO PUNTÚEN

COPA DE EUROPA DE CROSS JUNIOR

PUESTO DEL EQUIPO	A CADA COMPONENTE QUE PUNTÚE-NO PUNTÚE
Primero	200-100
Segundo	150-75
Tercero	100-50

Premios en Euros.

Atención a las normas sobre viajes, ausencias y uniformidad

VIARIOS		
RECORD CLUB	300	Solo para pruebas olímpicas o de Clubes al Aire libre. Máximo una vez por atleta y temporada.
RECORD CLUB 4X100- 4X400	150	Una vez por temporada a cada relevista.
EXTRAS	50% extra a partir de la 10ª temporada consecutiva. 25% si no son consecutivas.	
LANZAMIENTOS LARGOS	25% más a los premios obtenidos en lanzamientos largos, por falta de ctos. de PC	