



15 AL 18 DE SEPTIEMBRE

REGLAMENTO



ATLETISMO



ATLETISMO

EVENTOS DE PISTA

- 50 metros
- 100 metros
- 200 metros
- 400 metros
- 800 metros
- 1500 metros
- 4 x 400 metros relevos

EVENTOS DE CAMPO

- Salto de longitud
- Lanzamiento de bala
- Lanzamiento de disco

COSTOS

1 marzo al 30 de junio del 2022	\$ 250 pesos hasta 3 \$ 75 pesos por prueba extra
1 de julio al 31 de agosto del 2022	\$ 300 pesos hasta 3 pruebas \$100 pesos por prueba extra
1 de septiembre al día del evento	\$ 350 pesos por cada prueba \$ 125 pesos por prueba extra

*Se entregará un kit de competencia por participante.



CATEGORIAS

1. Tanto hombres como mujeres las categorías de edad serán dadas cada 5 años conformándose de la siguiente manera: 40-44; 45-49; 50-54; 55-59; 60-64; 65-69; 70-74; 75-79 y +80 años
2. La división por edades de los equipos de relevos se basará en la edad del miembro más joven del equipo al 31 de diciembre del 2022.

ATLETISMO – CALENDARIO DE COMPETENCIA

Nota: Este calendario de competencia es creado bajo las siguientes premisas:

- Las competencias de atletismo (pista y campo) serán durante un periodo de 2 días.
- Todas las pruebas, ya sean de pista o campo serán basadas en finales contra el tiempo/resultados y no habrá preliminares.
- La experiencia en Senior Games nos ha enseñado que los participantes en atletismo desean participar en el mayor número de eventos posibles, y para poder acomodar los eventos, solo se compiten en finales.
- Por último, cuantas veces sea posible, y principalmente si son eventos en carrileras, en todos los eventos de distancia se combinarán las divisiones de edades de manera de agilizar los eventos.
- En carreras de 800 y 1,500 metros se puede y deben de unir las edades para crear “heats” de un máximo de 18-24 por heat. Todas las premiaciones serán basadas en los mejores tiempos.
- En los eventos de campos como son el Salto Largo, la bala y el disco pueden crear grupos con la participación de dos a cuatro divisiones de edades y la premiación será basada en los resultados por división de edades.



Calendario Día 1 Viernes 16 de septiembre

Pista

HORA	PRUEBA	CATEGORIA
7:00 a.m	3,000 metros Caminata Finales	Mujeres 40-44 Hombres 40-44 Mujeres 44-49 Hombres 45-49
8:00 a.m.	50 Metros Finales	Mujeres 50-54 Hombres 50-54
9:30 a.m.	1500 Metros Finales	Mujeres 55-59 Hombres 55-59 Mujeres 60-64 Hombres 60-64
11:00 a.m.	100 Metros Finales	Mujeres 65-69 Hombres 65-69 Mujeres 70-74 Hombres 75-79
1:30 p.m	400 Metros Finales	Mujeres 80+ Hombres 80+

Campo

HORA	PRUEBA	CATEGORIA
9:00 a.m	Disco Finales	Mujeres 40-44 Hombres 40-44
10:00 a.m.	Salto Largo Finales	Mujeres 44-49 Hombres 45-49 Mujeres 50-54 Hombres 50-54 Mujeres 55-59 Hombres 55-59 Mujeres 60-64 Hombres 60-64 Mujeres 65-69 Hombres 65-69 Mujeres 70-74 Hombres 75-79 Mujeres 80+ Hombres 80+



Calendario Día 2 Sábado 17 de septiembre

Pista

HORA	PRUEBA	CATEGORIA
8:00 a.m	200 Metros Finales	Mujeres 40-44 Hombres 40-44 Mujeres 44-49 Hombres 45-49
10:30 a.m.	800 Metros Finales	Mujeres 50-54 Hombres 50-54 Mujeres 55-59 Hombres 55-59
1:00 p.m	Relevo 4 x 400	Mujeres 60-64 Hombres 60-64 Mujeres 65-69 Hombres 65-69 Mujeres 70-74 Hombres 75-79 Mujeres 80+ Hombres 80+

Campo

HORA	PRUEBA	CATEGORIA
9:00 a.m	Bala Finales	Mujeres 40-44 Hombres 40-44
10:00 a.m.	Salto de Altura Finales	Mujeres 44-49 Hombres 45-49 Mujeres 50-54 Hombres 50-54 Mujeres 55-59 Hombres 55-59 Mujeres 60-64 Hombres 60-64 Mujeres 65-69 Hombres 65-69 Mujeres 70-74 Hombres 75-79 Mujeres 80+ Hombres 80+



FORMATO

1. Todas las pruebas de pista serán cronometradas oficialmente.
2. Todos los eventos de pista se llevarán a cabo en una superficie sintética

REGLAS

1. Este torneo se llevará a cabo de conformidad con las reglas descritas en el presente documento.
2. Los SGM y el LOC se reservan el derecho de cambiar el formato del torneo para cualquier división de edad, número de inscripciones, restricciones de espacio u otras circunstancias.
3. El orden de las pruebas será realizado desde los mayores de edad hasta los más jóvenes tanto en hombres como en mujeres.
4. El número de heats estará determinado por la cantidad de inscritos en cada prueba
5. El registro para el evento de relevos se llevará a cabo en el lugar asignado para inscripciones en la pista
6. El avance a la final de los 50 m, 100 m, 200 m y 400 m será determinado por los 8 tiempos más rápidos que serán los que pasen a la final.
7. Todas las carreras de más de 400 m serán cronometradas como finales y el más rápido ganará.
8. Todos los lanzamientos y saltos tendrán 3 intentos y estarán en la final los 8 mejores de su disciplina, teniendo 3 intentos adicionales (en caso de que así lo aplique) en caso contrario ganarán las mejores marcas.
9. Los entrenadores que asistan deberán permanecer fuera del área de competencia

VESTIMENTA Y EQUIPAMIENTO

1. Los participantes deberán usar ropa adecuada para su práctica deportiva
2. Los corredores pueden usar picos de 1/8 "
3. Los competidores no deben usar ropa que pueda impedir la vista de los jueces.



4. Los corredores recibirán números que se llevarán claramente en la espalda, además de un número en el pecho.
5. Todo el calzado y la vestimenta deben ser provistos por el atleta.
6. El Comité organizador local proporcionará los implementos certificados para todos los eventos y grupos de edad. Además, a los atletas se les permitirá usar sus propios implementos, siempre y cuando hayan sido certificados, permitiendo así lo que incluya el proceso de certificación.
7. Se prohíbe el uso de aretes, pasadores, relojes, anillos, cadenas, etc., durante la competencia.

PREMIACIÓN

1. Se premiará con medalla del 1º al 3º lugar de cada división de edad, sexo y por tipo de prueba.
2. El 1er lugar de cada división de edad obtendrá su inscripción (registro) a los próximos Senior Games México.

RECOMENDACIONES GENERALES

1. Se recomienda que los atletas ingieran alimentos ligeros 2 hrs antes del inicio del evento.
2. Será responsabilidad del entrenador y del propio atleta si el atleta no reúne las características físicas necesarias durante su participación
3. En caso de que el atleta se sintiera fatigado durante su participación en el evento se le recomienda abandonar la prueba.

DERECHOS Y OBLIGACIONES

1. Los participantes deberán realizar ejercicios de calentamiento en el área señalada para tal fin previo a su prueba
2. Los entrenadores y los participantes deberán conocer el reglamento de competencia el cual deberán cumplir
3. Los entrenadores y participantes deberán respetar a los demás competidores, a los árbitros, al público y a los integrantes de los comités organizadores.



4. El competidor deberá verificar su inscripción a la prueba 30 min antes del inicio de esta y deberán portar el numero asignado.
5. Durante el desarrollo de las pruebas los competidores deberán permanecer fuera de la zona de competencia (área de registro, área de control de atletas y área de competencia).
6. Todos los participantes deberán respetar y llevar a cabo las normas del protocolo Covid 19.

SANCIONES

1. Será motivo de descalificación que el competidor no esté presente al inicio de su prueba.
2. Si los competidores o entrenadores muestran una conducta irrespetuosa o agresiva durante el desarrollo de la competencia hacia los árbitros, oponentes, público o comité organizador serán descalificados.
3. No se permitirá suplantar a participantes inscritos, en caso de que eso sucediera, el atleta registrado será descalificado

MAS INFORMACION Y REGISTRO EN

www.seniorgamesmexico.com

Correo electrónico: info@ishausa.com

WhatsApp: 55 9154 6216

Todo lo que no esté expuesto en los puntos del anexo serán resueltos por el



director del evento y el director general de SGM.