

Campeonato de España 10 km marcha Master

CLAÚSULA DE GÉNERO

La Real Federación Española de Atletismo (RFEA) garantiza la igualdad efectiva de hombres y mujeres como uno de sus principios básicos de actuación. A tal fin, las menciones genéricas en masculino que aparecen en el articulado de cualquier Reglamento de Campeonatos de España se entenderán referidas también a su correspondiente femenino, salvo aquellos supuestos en que específicamente se haga constar que no lo es así.

1) La Real Federación Española de Atletismo, en colaboración con la Federación Cantabra de Atletismo, organizará el Campeonato de España de 10 km Marcha en Ruta para atletas Master en Castro Urdiales (Cantabria) el 13 de diciembre de 2026.

2) El campeonato constará de las siguientes pruebas:

Categoría	Hombres	Mujeres
Master	10 km Marcha	10 km Marcha

Normas de participación

1) El plazo de inscripción se cierra el lunes de 30 de noviembre a las 23:59. Los atletas deberán realizar la inscripción a través de la extranet de la RFEA ([Call Room](#)).

2) Será obligatorio el acreditar una marca mínima reglamentaria. El plazo de consecución de estas marcas es del 1 de enero de 2025 hasta el 30 de noviembre de 2026.

Esta marca mínima podrá ser lograda en 5000 m, 5 km, 10.000 m, 10 km o Medio Maratón Marcha. Si la marca está conseguida en una prueba de ruta deberá haber sido lograda en un circuito homologado por la RFEA, incluido en el calendario nacional o autonómico y con la presencia de Jueces.

En el momento de la inscripción se debe seleccionar en el desplegable la prueba con la que se desea ser inscrito siendo responsabilidad del club el elegir la que recupere mejor marca. En el caso de que la marca que recupera no sea la esperada contactar con el departamento de competición de la RFEA para comprobarlo (siempre antes del cierre de inscripciones).

Hombres	M35	M40	M45	M50	M55	M60	M65	M70	M75	M80	M85
5 km Marcha	25:00	26:00	27:00	28:00	28:30	29:00	31:00	34:00	39:00	42:00	43:00
10 km Marcha	51:00	53:00	55:00	57:00	58:00	59:00	1:02:00	1:10:00	1:20:00	1:26:00	1:28:00
20 km Marcha	1:46:00	1:50:00	1:54:00	1:58:00	2:00:00	2:05:00	2:15:00	2:25:00	2:45:00	2:55:00	3:00:00

Mujeres	F35	F40	F45	F50	F55	F60	F65	F70	F75
5 km Marcha	28:00	29:00	30:30	32:00	34:00	35:30	37:00	39:00	41:00
10 km Marcha	57:00	1:00:00	1:03:00	1:06:00	1:10:00	1:13:00	1:16:00	1:20:00	1:24:00
20 km Marcha	2:00:00	2:06:00	2:12:00	2:18:00	2:26:00	2:32:00	2:38:00	2:46:00	2:54:00

3) La retirada de dorsales se realizará en la Secretaría de la Competición el día anterior a la competición, así como el día de la competición hasta 60 minutos antes del comienzo de la prueba.

4) Todos los atletas deberán competir con la indumentaria oficial de su respectivo club.

Campeonato de España 10 km marcha Master 2026

Normas técnicas

1) Horario

Esta competición se celebrará juntamente con el Campeonato de España de Marcha de Invierno de Promoción. (este horario podrá sufrir cambio):

Cámara de Llamadas Apertura	Cierre	Hora	Categoría	Distancia
10:40	10:50	11:00	Sub-16 Hombres y Mujeres	3 km
11:05	11:15	11:25	Sub-18 Hombres y Mujeres	5 km
11:40	11:50	12:00	Sub-20 Hombres y Mujeres	5 km
12:10	12:20	12:30	Master Hombres y Mujeres	10 km

2) El Juez Arbitro y Jurado de Marcha de la competición serán oficialmente designados por la RFEA.

3) El juez jefe del jurado de marcha podrá aplicar el artículo 54.4.1 del reglamento técnico de World Athletics, donde se le otorga la facultad de descalificar a un atleta en los últimos 100 m, cuando su modo de progresión infrinja obviamente la definición de marcha.

4) Se aplicará la norma del área de penalización con los tiempos establecidos en el artículo 54.7.3 del reglamento técnico de World Athletics (1 minuto).

5) Para el avituallamiento se seguirá lo establecido en el artículo 54.10.2 del reglamento técnico de World Athletics que establece que “para todas las pruebas de 5 km o más y hasta 10 km inclusive, se pondrán puestos de esponjas/bebidas a los intervalos apropiados, donde se facilitará agua solamente, si las condiciones climatológicas aconsejan dicha provisión”.

6) Trofeos.

Los tres primeros atletas clasificados de cada categoría recibirán medallas acreditativas doradas, plateadas y color bronce de la RFEA.

7) Para todo lo no previsto en el presente reglamento se hará cumplir la normativa de World Athletics, World Masters Athletics, European Masters Athletics y las normas generales de competición de la Real Federación Española de Atletismo.