



**LIGA DE ATLETISMO  
DE ANTIOQUIA**

**REGLAMENTO Y PROGRAMACIÓN CAMPEONATO INTERCLUBES U 14 – U 16  
3 y 4 de Mayo de 2025**

**CATEGORÍAS:**

**SUB 14:** Nacidos en 2012 - 2013

**SUB 16:** Nacidos en 2010 – 2011

**Este evento será selectivo para:**

**Nacional U14 – U16, que se realizará los días 16 – 18 de Mayo de 2025 en Tunja, Boyaca.**

**PARTICIPANTES:**

- Los clubes afiliados que se encuentren a paz y salvo por todo concepto con la Liga de Atletismo de Antioquia hasta la fecha de realización del evento.
- Atletas pertenecientes a clubes de otras Ligas.

**INSCRIPCIONES:**

La inscripción la realiza el Club o el responsable del mismo, hasta las 11:59 pm del Lunes 28 de abril, en este link <https://www.trackie.com/event/campeonato-interclubes-u14-u16/1018800/> .

En el formulario autorizado, se deben diligenciar nombres y apellidos, fecha de nacimiento, sexo, tipo de documento, documento en PDF, número de documento de identidad, club, entrenador, categoría y pruebas.

Un club puede inscribir hasta 5 deportistas en cada prueba, por rama y categoría, en pruebas individuales. Y hasta 10 deportistas, por rama y categoría, en las pruebas múltiples o combinadas.

Cada atleta, de la categoría U16, puede participar hasta en 3 pruebas individuales y un relevo, o en dos individuales y dos relevos.

En la categoría U16 no pueden participar atletas de la categoría U14.

En la categoría U14 solo pueden participar atletas nacidos en los años indicados para la categoría, no se permiten deportistas nacidos en 2014, 2015 o después.

Los Atletas de la categoría U14 solo pueden participar en una prueba (individual o combinada).



**LIGA DE ATLETISMO  
DE ANTIOQUIA**

Los deportistas inscritos en pruebas múltiples o combinadas no podrán realizar otra prueba (ni individual, ni relevos).

**VALOR DE INSCRIPCIÓN:**

Clubes afiliados a la Liga de Atletismo de Antioquia: \$34.500.

Deportistas de otras Ligas: \$47.000.

No se acepta participación extra oficial

**NOTA:** Se aceptarán retiros hasta las 4:00 pm. miércoles 30 de abril. Pasado este tiempo, la inscripción se cobrará a todos los deportistas que no sean retirados, aunque no asistan a competir.

No se aceptan cambios ni nuevas inscripciones después del lunes 28 de abril.

**PREMIACIÓN:**

Se entregará premiación en medallas tipo oro, plata y bronce a los tres primeros de las pruebas individuales y a los tres primeros, por puntos, en las pruebas combinadas de cada categoría.

**PUNTUACION:**

Se puntuará de la siguiente manera: 10, 8, 6, 5, 4, 3, 2 y 1 puntos a los 8 primeros, por rama y categoría, en cada una de las pruebas. Los relevos y pruebas múltiples darán puntuación doble.

**Nota:** Solo puntuarán los clubes afiliados a la Liga de Atletismo de Antioquia, no puntuarán los deportistas de otras ligas.

**GENERALIDADES:**

Todos los encargados de las distintas delegaciones deberán presentar el documento de identidad, o copia del mismo, de los atletas inscritos al evento.

En caso de accidente, se prestará atención básica por medio de APH y ambulancia. Si un deportista requiere una atención mayor, ésta deberá prestarse a través de la EPS o sisben de la persona afectada.

Se contará con póliza de accidentes durante el evento.



**LIGA DE ATLETISMO  
DE ANTIOQUIA**

La organización entregará los números de competencia, luego del pago de la inscripción. Los deportistas usarán su número, durante todo el torneo, de forma adecuada sin recortarlo ni doblarlo.

El ingreso a todas las pruebas se realizará por la zona de la pista de calentamiento, o por el lugar que sea designado durante el campeonato. Allí se realizará cámara de llamados, en donde se verificará el nombre y el número de cada deportista. Luego se trasladarán a las diferentes áreas de competencia, según corresponda.

**Todos los deportistas, de la categoría Sub 16, solo podrán realizar una prueba por encima de los 200 metros en el mismo día.**

Para salto largo, damas y varones, existirá una zona de rechazo de 60 cm de ancho y se marcará a 2 mts de la zona de caída. Para que el salto sea válido, el atleta debe pisar dicha zona; se puede pisar la línea límite inicial (la más lejana del foso) pero no la final. La medición se toma de la huella dejada, en la arena, más cercana a la zona de rechazo perpendicularmente hasta la huella de la punta del pie de batida en la zona de rechazo.

Para salto triple en la categoría Sub 16, damas y varones, la zona de rechazo será de 60 cm de ancho y estará ubicada a 8 mts para las damas y a 10 mts para los varones.

La organización brindará hidratación durante el evento.

En las pruebas individuales de lanzamiento y salto largo se realizarán 3 intentos y los 8 mejores realizarán 1 intento más.

En las múltiples o combinadas, los deportistas realizarán 3 intentos en las pruebas de lanzamientos y salto largo.

En el salto con garrocha o pértiga, a partir de la altura mínima, la varilla se elevará de 10 en 10 centímetros hasta que solo quede 1 deportista en competencia, a partir de allí el listón se elevará de 5 en 5 centímetros.

La prueba de salto alto, a partir de la altura mínima, tendrá una elevación del listón de 5 en 5 centímetros hasta que solo quede 1 deportista en competencia. Luego se continuará subiendo de 3 en 3 centímetros.

En las pruebas múltiples, la varilla de salto alto se elevará de 3 en 3 centímetros.



**LIGA DE ATLETISMO  
DE ANTIOQUIA**

La conformación de los equipos de relevos deberá realizarse con atletas de la misma categoría. Por lo tanto, no se permitirá realizar equipos compuestos con atletas U14 y U16

Cualquier observación no contenida en este reglamento, será resuelta bajo la normatividad de la World Athletics y/o demás disposiciones de la organización del evento.

## PRUEBAS

### CATEGORÍA U14

Pruebas Individuales U14		
Prueba	Damas	Varones
Lanzamiento de Martillo	X	X
Salto con Garrocha	X	X

Pruebas Combinadas por Énfasis U14				
VELOCIDAD	SALTOS	LANZAMIENTOS	MEDIO FONDO	MARCHA
80 m planos	80 m planos	80 m planos	80 m planos	80 m planos
Lanzamiento de Pelota 120g.	Salto alto	Impulsión de la Bala	Salto largo	Lanzamiento de Pelota 120g.
80 m vallas (0,762 m)	80 m vallas (0,762 m)	Lanzamiento de Pelota 120g.	Lanzamiento de Pelota 120g.	Salto largo
Salto largo	300 m planos	80 m vallas (0,762 m)	1200 m planos	2000 m marcha

### CATEGORÍA U16

Pruebas Combinadas U16			
Prueba	Rama	Primer día	Segundo día
Hexatlón	Masculino	100 m vallas, Salto Largo, Impulsión de la Bala	Salto Alto, Lanzamiento de Jabalina, 1000 Metros
Pentatlón	Femenino	80 m Vallas, Salto Largo, Impulsión de la Bala	Salto Alto, 600 Metros



**LIGA DE ATLETISMO  
DE ANTIOQUIA**

Pruebas Individuales U16			
Damas y Varones			
VELOCIDAD	SALTOS	RESISTENCIA	LANZAMIENTOS
80 metros	salto largo	1 milla	impulsión de bala
150 metros	salto alto	1500m obstáculos sin ría	lanzamiento de disco
300 metros	salto con garrocha	3000 / 5000 marcha	lanzamiento de jabalina
80vallas / 100 vallas	salto triple		lanzamiento de martillo
250 vallas			
5 x 80 m			
4 x 200 m			

**DATOS TÉCNICOS DE LAS PRUEBAS POR CATEGORÍA**

VALLAS:

CATEGORÍA	RAMA	PRUEBA	N° DE VALLAS	ALTURA VALLAS	DISTANCIA 1raVALLA	DISTANCIA ENTRE VALLAS	ÚLTIMA VALLA A META
U14	VARONES	80m	8	0.762	12m	8m	12m
	DAMAS	80m	8	0.762	12m	8m	12m
U16	VARONES	100m	10	0.84	13m	8.5m	10.5m
	DAMAS	80m	8	0.762	12m	8m	12m
	VARONES	250m	6	0.762	35m	35m	40m
	DAMAS	250m	6	0.762	35m	35m	40m
	DAM-VAR	Obstáculos	14	0.762			

LANZAMIENTOS:

CATEGORÍA	RAMA	BALA	DISCO	JABALINA	MARTILLO
U14	VARONES	3 kg	-	-	3 kg
	DAMAS	2 kg	-	-	2 kg
U16	VARONES	4 kg	1 kg	500 gr	4 kg
	DAMAS	3 kg	750 gr	400 gr	3 kg

ALTURAS MÍNIMAS:

	Sub 16		Sub 14	
	DAMAS	VARONES	DAMAS	VARONES
<b>Salto Alto</b>	1,00 m	1,30 m	1,00 m	1,30 m
<b>Salto con Garrocha</b>	1,50 m	1.80 m	1,50 m	1,80 m



**LIGA DE ATLETISMO  
DE ANTIOQUIA**

<b>PROGRAMACIÓN</b>				
<b>Interclubes Sub 14 - Sub 16 MAYO 3 de 2025</b>				
<b>JORNADA 1</b>				
<b>SÁBADO 16 de abril: MAÑANA</b>				
<b>HORA</b>	<b>PRUEBA</b>	<b>RAMA</b>	<b>CAT.</b>	<b>FASE</b>
10:00 am.	Lanzamiento de jabalina	Femenino Masculino	U16	Final
10:00 am.	Salto con Garrocha	Femenino Masculino	U14 – U16	Final
10:00 am.	Salto largo	Femenino Masculino	U16	Final
10:00 am.	80 metros planos	Femenino Masculino	U16	Semifinal
10:30 am.	80 metros planos	Femenino Masculino	U14	1a tetratlón velocidad
10:40 am.	80 metros planos	Femenino Masculino	U14	1a tetratlón saltos
10:50 am.	80 metros planos	Femenino Masculino	U14	1a tetratlón lanzamientos
11:00 am.	80 metros planos	Femenino Masculino	U14	1a tetratlón mediofondo
11:00 am.	Lanzamiento de pelota	Femenino Masculino	U14	2a tetratlón velocidad
11:10 am.	80 metros planos	Femenino Masculino	U14	1a tetratlón marcha
11:10 am.	Salto alto	Femenino Masculino	U14	2a tetratlón saltos
11:10 am.	Salto alto	Femenino Masculino	U16	Final
11:30 am.	Impulsión de bala	Femenino masculino	U14	2a tetratlón lanzamientos
11:50 am.	Salto largo	Femenino Masculino	U14	2a tetratlón mediofondo
12:00 m.	Impulsión de bala	Femenino Masculino	U16	Final
12:10 m.	Lanzamiento de pelota	Femenino Masculino	U14	2a tetratlón marcha
12:10 m.	80 metros planos	Femenino Masculino	U16	Final



LIGA DE ATLETISMO  
DE ANTIOQUIA

JORNADA 2				
SÁBADO 3 de MAYO: TARDE				
HORA	PRUEBA	RAMA	CAT.	FASE
3:00 Pm.	Salto largo	Femenino Masculino	U14	3a tetratlón marcha
3:00 Pm.	80 metros vallas	Femenino	U16	1a pentatlón
3:10 Pm.	80 metros vallas	Femenino	U16	Semifinal
3:15 P.m	80 metros vallas	Femenino Masculino	U14	3a tetratlón velocidad
3:25 Pm.	80 metros vallas	Femenino Masculino	U14	3a tetratlón saltos
3:35 Pm.	80 metros vallas	Femenino Masculino	U14	3a tetratlón lanzamientos
3:45 Pm.	100 metros vallas	Masculino	U16	1a hexatlón
3:55 Pm.	100 metros vallas	Masculino	U16	Semifinal
4:00 Pm.	Lanzamiento de pelota	Femenino Masculino	U14	3a tetratlón mediofondo
4:00 Pm.	Salto Largo	Femenino Masculino	U14	4a tetratlón velocidad
4:05 Pm.	300 metros planos	Femenino Masculino	U16	Final x tiempos
4:15 Pm.	Salto largo	Femenino	U16	2a pentatlón
4:25 Pm.	Salto largo	Masculino	U16	2a hexatlón
4:35 Pm.	300 metros planos	Femenino	U14	4a tetratlón saltos
4:45 Pm.	Lanzamiento de pelota	Femenino Masculino	U14	4a tetratlón lanzamientos
4:50 Pm.	1200 metros planos	Femenino Masculino	U14	4a tetratlón mediofondo



**LIGA DE ATLETISMO  
DE ANTIOQUIA**

5:05 Pm.	1 milla	Femenino Masculino	U16	Final x tiempos
5:15 Pm.	80 metros vallas	Femenino	U16	Final
5:30 Pm.	100 metros vallas	Masculino	U16	Final
5:30 Pm.	2000 metros marcha	Femenino Masculino	U14	4a tetratlón marcha
5:40 Pm.	Impulsión de bala	Femenino	U16	3a pentatlón
5:55 Pm.	Impulsión de bala	Masculino	U16	3a hexatlón
6:35 Pm.	4 x 80 metros planos	Femenino	U16	Final x tiempos
6:45 Pm.	4 x 80 metros planos	Masculino	U16	Final x tiempos

**JORNADA 3**

**DOMINGO 4 DE MAYO: MAÑANA**

HORA:	PRUEBA	RAMA	CAT.	FASE
8:00 Am.	3000 metros marcha	Femenino	U16	Final
8:00 Am.	5000 metros marcha	Masculino	U16	Final
8:00 Am.	Salto alto	Femenino	U16	4a pentatlón
8:00 Am.	Salto alto	Masculino	U16	4a hexatlón
8:00 Am.	Lanzamiento de martillo	Femenino Masculino	U14 – U16	Final
8:45 Am.	250 metros vallas	Femenino Masculino	U16	Final x tiempos
9:15 Am.	150 metros planos	Femenino Masculino	U16	Final x tiempos
9:20 Am.	Salto triple	Femenino Masculino	U16	Final
10:00 Am.	1500 metros obstáculos (sin ría)	Femenino Masculino	U16	Final





**LIGA DE ATLETISMO  
DE ANTIOQUIA**

10:00 Am.	Lanzamiento de disco	Femenino Masculino	U16	Final
10:30 Am.	Lanzamiento de jabalina	Masculino	U16	5a hexatlón
10:35 Am.	600 metros planos	Femenino	U16	5a pentatlón
10:45 Am.	1000 metros planos	Masculino	U16	6a hexatlón
11:00 Am.	4x200 metros	Femenino	U16	Final x tiempos
11:15 Am.	4x200 metros	Masculino	U16	Final x tiempos

NOTA. ESTOS HORARIOS ESTAN SUJETOS A MODIFICACIÓN.

Mayores Informes: Liga de Atletismo de Antioquia. Calle 48 B No 72-60 / Medellín  
WhatsApp: 3164323932  
Web: [www.atletismoantioquia.com](http://www.atletismoantioquia.com)  
[secretaria@atletismoantioquia.com](mailto:secretaria@atletismoantioquia.com)  
Redes sociales: Liga de Atletismo de Antioquia