

la Regulamentul de conferire a categoriilor sportive
de masă III, II și I (seniori și tineret) la atletism,
aprobat la ședința Biroului FAM din 29.06.2023

**CONDIȚII DE CONFERIRE A CATEGORIILOR SPORTIVE
DE MASĂ III, II ȘI I (SENIORI ȘI TINERET) LA ATLETISM
(extras din Clasificația Sportivă Unică la Atletism,
aprobată la ședința Biroului FAM din 23.06.2022)**

Categoriile sportive **I, II și III seniori** și **I, II și III tineret** se vor conferi cu condiția îndeplinirii normativului stabilit, conform cerințelor prezentului Regulament. Categoriile sportive de masă se vor conferi de la vârsta de **10 ani**. La conferirea categoriilor sportive de tineret se vor respecta următoarele limite de vârstă: categoria **I tineret** – până la **16 ani**, categoria **a II-a tineret** – până la **14 ani**, iar categoria **a III-a tineret** – până la vârsta de **12 ani**.

**CATEGORII SPORTIVE (NORME ȘI CONDIȚII),
BĂIEȚI**

Proba / categ.	I	II	III	T I	T II	T III
Alergări, m (min., sec.):						
100 auto	11,50	12,10	12,90	13,40	14,10	15,20
manual	11,2	11,8	12,6	13,1	13,8	14,9
200 auto	23,30	24,30	26,00	28,30	31,30	34,30
manual	23,0	24,0	25,7	28,0	31,0	34,0
300 auto	37,10	38,90	41,50	46,90	52,10	57,30
manual	36,8	38,6	41,2	46,6	52,8	57,0
400 auto	52,30	55,30	59,30	1.04,30	1.10,30	1.17,30
manual	52,0	55,0	59,0	1.04,0	1.10,0	1.17,0
600 auto	1.27,30	1.31,80	1.37,30	1.43,30	1.50,30	1.58,30
manual	1.27,0	1.31,5	1.37,0	1.43,0	1.50,0	1.58,0
800 auto	2.00,30	2.06,30	2.18,30	2.28,30	2.38,30	2.56,30
manual	2.00,0	2.06,0	2.18,0	2.28,0	2.38,0	2.56,0
1000 auto	2.34,30	2.42,30	2.55,30	3.15,30	3.25,30	3.50,30
manual	2.34,0	2.42,0	2.55,0	3.15,0	3.25,0	3.50,0
1500 auto	4.07,30	4.25,30	4.45,30	5.05,30	5.30,30	6.00,30
manual	4.07,0	4.25,0	4.45,0	5.05,0	5.30,0	6.00,0
1 milă auto	4.33,00	4.57,00	5.22,00	5.50,30		
manual	4.32,7	4.56,7	5.21,7	5.50,0		
3000 auto	9.00,30	9.35,30	10.15,30	10.30,30	11.06,30	
manual	9.00,0	9.35,0	10.15,0	10.30,0	11.06,0	
5000 auto				19.15,30	20.00,30	
manual	15.50,0	16.50,0	18.00,0	19.15,0	20.00,0	
10000 auto	33.10,30	35.30,30	38.20,30			
manual	33.10,0	35.30,0	38.20,0			

Alergări ștafetă, m (min., sec.):						
4 x 100 auto	44,30	46,30	49,30	53,10	55,50	58,30
manual	44,0	46,0	49,0	52,8	55,2	58,0
4 x 400 auto	3.29,30	3.40,30	3.59,30	4.10,30	4.32,30	4.55,30
manual	3.29,0	3.40,0	3.55,0	4.10,0	4.32,0	4.55,0
100 x 200 x 300 x 400 auto	2.03,50	2.09,50	2.17,80	2.32,00	2.56,80	3.03,00
manual	2.03,2	2.09,2	2.17,5	2.31,7	2.56,5	3.02,7
4x400 mixt auto	3.44,30	3.58,30	4.18,30	4.36,30	5.00,30	5.30,00
manual	3.44,0	3.58,0	4.18,0	4.36,0	5.00,0	5.29,7
Alergări garduri, m (min., sec.):						
60 (1,067; 9,14) auto, sen. (U23)	9,00	9,50	10,20			
manual	8,7	9,2	9,9			
60 (0,990; 9,14) auto, jun I (U20)	9,00	9,50	10,20			
manual	8,7	9,2	9,9			
60 (0,914; 9,14) auto, jun II (U18)	8,60	9,10	9,80	10,20	10,80	
manual	8,3	8,8	9,5	9,9	10,5	
60 (0,840; 8,80) auto, jun III	8,60	9,10	9,80	10,20	10,80	11,40
manual	8,3	8,8	9,5	9,9	10,5	11,1
110 (1,067; 9,14) auto, sen	16,30	17,20	18,60	19,30		
manual	16,0	16,9	18,3	19,0		
110 (0,990; 9,14) auto, jun I (U20)	16,10	17,10	18,60			
manual	15,8	16,8	18,3			
110 (0,914; 9,14) auto, jun II(U18)	15,50	16,50	18,00	18,70	19,90	
manual	15,2	16,2	17,7	18,4	19,6	
110 (0,840; 8,80) auto, jun III	15,50	16,50	18,00	18,70	19,90	21,00
manual	15,2	16,2	17,7	18,4	19,6	20,7
300 (0,762) auto, jun III	43,30	46,80	50,00	53,00	56,00	1.00,00
manual	43,0	46,5	49,7	52,7	55,7	1.00,0
300 (0,840), auto, jun II(U18)	41,30	43,80	47,80	49,80	52,80	
manual	41,0	43,5	47,5	49,5	52,5	
400 (0,914) auto, sen	59,80	1.03,80	1.09,30			
manual	59,5	1.03,5	1.09,0			
400 (0,840) auto, jun	58,80	1.02,80	1.08,30	1.13,30	1.18,30	

II (U18)						
manual	58,5	1.02,5	1.08,0	1.13,0	1.18,0	
Alergări cu obstacole, m (min., sec.):						
2000 (91,4cm)	6.20,30	6.46,30	7.23,30	7.40,30		
manual	6.20,0	6.46,0	7.23,0	7.40,0		
3000 (91,4cm)	9.55,30	10.40,30	11.30,30			
manual	9.55,0	10.40,0	11.30,0			
2000 (83,8cm)	6.17,30	6.43,30	7.20,30	7.35,30		
manual	6.17,0	6.43,0	7.20,0	7.35,0		
3000 (83,8cm)	9.50,30	10.30,30	11.25,30			
manual	9.50,0	10.30,0	11.25,0			
Alergări pe șosea, km (ore, min., sec.):						
10	33.20	35.40	38.30			
15	50.30	53.30	58.00			
Semimaraton 21,0975	1:12.30	1:18.00	1:24.00			
Maraton 42,195	2:40.00	2:55.00	a finișa			
100	7:55.00	a finișa				
6 ore (km)	70					
12 ore (km)	100					
24 ore (km)	190					
Cros, km (min., sec.):						
0,5			1.30,0	1.35,0	1.40,0	1.45,0
1	2.41,0	2.53,0	3.06,0	3.20,0	3.40,0	4.00,0
2	5.50,0	6.20,0	6.50,0	7.15,0	7.55,0	8.30,0
3	9.10,0	9.45,0	10.30,0	11.05,0	12.20,0	
4	12.50,0	13.40,0	14.20,0	14.50,0		
5	15.50,0	16.55,0	18.05,0	19.00,0		
6	19.20,0	20.30,0	21.50,0	23.20,0		
8	26.00,0	28.00,0	30.00,0	32.00,0		
10	33.00,0	36.00,0	39.30,0			
Alergări în sală, m (min., sec.):						
30 manual			4,3	4,4	4,6	4,9
60 auto	7,30	7,60	8,00	8,40	8,90	9,50
manual	7,0	7,3	7,7	8,1	8,6	9,2
200 auto	23,90	25,00	26,60	29,00	31,00	34,60
manual	23,6	24,7	26,3	28,7	30,7	34,3
300 auto	38,30	40,80	43,30	46,30	52,30	58,30
manual	38,0	40,5	43,0	46,0	52,0	58,0
400 auto	53,30	56,30	1.00,30	1.03,30	1.09,30	1.13,30
manual	53,0	56,0	1.00,0	1.03,0	1.09,0	1.13,0
600 auto	1.28,30	1.32,30	1.38,80	1.44,80	1.51,30	1.59,80
manual	1.28,0	1.33,0	1.38,5	1.44,5	1.51,0	1.59,5

800 auto	2.03,30	2.09,30	2.19,30	2.30,30	2.40,30	2.50,30
manual	2.03,0	2.09,0	2.19,0	2.30,0	2.40,0	2.50,0
1000 auto	2.38,30	2.49,30	2.59,30	3.15,30	3.35,30	3.55,30
manual	2.38,0	2.49,0	2.59,0	3.15,0	3.35,0	3.55,0
1500 auto	4.09,30	4.27,30	4.47,30	5.15,30	5.35,30	6.00,30
manual	4.09,0	4.27,0	4.47,0	5.15,0	5.35,0	6.00,0
3000 auto	9.03,30	9.40,30	10.25,30	10.50,30	11.25,30	
manual	9.03,0	9.40,0	10.25,0	10.50,0	11.25,0	
Alergări în sală, ștafetă, m (min., sec.):						
4 x 200 auto	1.34,70	1.38,70	1.45,50	1.52,30	2.00,30	2.10,30
manual	1.34,4	1.38,4	1.45,2	1.52,0	2.00,0	2.10,0
4 x 400 auto	3.30,30	3.40,30	3.56,30	4.15,30	4.40,30	5.05,30
manual	3.30,0	3.40,0	3.56,0	4.15,0	4.40,0	5.05,0
Alergări în sală, obstacole, m (min., sec):						
2000 auto	6.35,30	7.10,30	7.30,30			
manual	6.35,0	7.10,0	7.30,0			
Marș sportiv, m (ore, min., sec.), în sală și pe pistă:						
1000	4.10,0	4.25,0	4.40,0	5.10,0	5.40,0	6.10,0
2000	8.40,0	9.20,0	10.00,0	11.00,0	12.00,0	12.30,0
3000	13.45,0	15.00,0	16.00,0	17.00,0	18.30,0	19.40,0
5000	22.55,0	24.45,0	27.30,0	29.50,0	31.40,0	34.00,0
10000	48.30,0	52.30,0	58.00,0			
20000	1:43,00	1:53,00	2:05,00			
35000	3:04,30	3:23.30	a finișa			
Marș sportiv pe șosea, km (ore, min., sec.):						
10	48.10	52.10	57.40			
20	1:42.00	1:52.00	2:04.00			
35	3: 02.00	3:20.00	a finișa			
50	5:17.00	a finișa				
Sărituri (m):						
Înălțime	1,90	1,75	1,60	1,50	1,40	1,30
Prăjină	4,10	3,70	3,20	2,80	2,40	2,00
Lungime	6,50	6,00	5,50	5,00	4,40	3,80
Triplu salt	14,00	13,00	12,00	11,00	10,00	09,00
Aruncări (m):						
Disc						
2 kg, sen	44,00	37,00	30,00			
1,750 kg, (U20)	46,00	39,00	32,00			
1,5 kg, jun II U18)	48,00	44,00	37,00	32,00	28,00	
1 kg, jun III	52,50	46,00	41,00	37,00	35,00	32,00
Ciocan						
7,260 kg, sen	52,00	45,00	38,00			
6 kg, jun I(20)	56,00	50,00	42,00			
5 kg, jun II(18)	58,00	52,00	45,00	41,00	35,00	

4 kg, jun III	60,00	55,00	50,00	43,00	37,00	32,00
Suliță						
800g, sen	58,00	50,00	42,00			
700g, jun II(U18)	61,00	54,00	46,00	40,00	37,00	
600 g, jun III	63,00	56,00	48,00	42,00	39,00	33,00
Greutate						
7,260 kg, sen	14,00	12,00	10,00			
6 kg, jun I (U20)	15,00	13,00	11,00			
5 kg, jun II(U18)	15,50	14,00	12,00	11,00	9,50	
4 kg, jun III		15,30	13,30	12,00	10,50	09,50
Grenadă						
700g, sen		53,00	45,00			
500g, jun III-I		54,00	46,00	41,00	36,00	31,00
Minge (150 g)				50,00	45,00	40,00
Poliatloane (puncte)						
Decatlon, sen	5600	4600	3600			
Decatlon, U20	5700	4700	3700			
Octatlon, jun II (U18)	4400	3800	3200			
Heptatlon, sen; sală	3800	3200	2600			
Heptatlon U20 (sală)	3900	3300	2700			
Pentatlon (sală) seniori	3000	2500	2000	1950		
Tetratlon 12-14 ani	410	350	280	230	180	130
Triatlon 12-14 ani	310	255	210	155	135	95

**CATEGORII SPORTIVE (NORME ȘI CONDIȚII),
FETE**

Proba / categ.	I	II	III	T I	T II	T III
30 auto				5,0	5,2	5,5
60 auto	8,20	8,60	9,00	9,60	10,10	10,70
manual	7,9	8,3	8,7	9,3	9,8	10,4
100 auto	13,20	13,90	15,00	16,00	17,30	18,00
manual	12,9	13,6	14,7	15,7	17,0	17,7
200 auto	26,90	28,80	31,30	32,70	35,30	39,30
manual	26,6	28,5	31,0	32,4	35,0	39,0
300 auto	42,80	45,50	49,30	53,30	56,80	1,01,00
manual	42,5	45,5	49,0	53,0	56,5	1.00,7
400 auto	1.00,30	1.04,30	1.10,30	1.14,30	1.20,30	1.26,30
manual	1.00,0	1.04,0	1.10,0	1.14,0	1,20,0	1.26,0

600 auto	1.39,30	1.46,80	1.56,30	2.07,30	2.14,30	2.28,30
manual	1.39,0	1.46,5	1.56,0	2.07,0	2.14,0	2.28,0
800 auto	2.23,30	2.31,30	2.45,30	2.53,30	3.02,30	3.15,30
manual	2.23,0	2.31,0	2.45,0	2.53,0	3.02,0	3.15,0
1000 auto	3.09,30	3.15,30	3.31,30	3.42,30	3.53,30	4.10,30
manual	3.09,0	3.15,0	3.31,0	3.42,0	3.53,0	4.10,0
1500 auto	4.58,30	5.15,30	5.35,30	6.00,30	6.30,30	7.00,30
manual	4.58,0	5.15,0	5.35,0	6.00,0	6.30,0	7.00,0
1 milă auto	5.28,00	5.55,00	6.20,00	6.45,30		
manual	5.27,7	5.54,7	6.19,7	6.45,0		
3000 auto	10.45,30	11.30,30	12.10,30	13.15,30	14,30,30	15.30,30
manual	10.45,0	11.30,0	12.10,0	13.15,0	14.30,0	16.30,0
5000 auto	18.00,30	19.30,30	21.20,30	22.55,30		
manual	18.00,0	19.30,0	21.20,0	22.55,0		
10000 auto	38.40,30	41.40,30	45.00,00			
manual	38.40,0	41.40,0	44.59,7			
4 x 100 auto	51,10	54,30	58,80	1.02,30	1.06,30	1.10,30
manual	50,8	54,0	58,5	1.02,0	1.06,0	1.10,0
4 x 400 auto	4.00,30	4.16,30	4.40,30	5.00,30	5.28,30	5.48,30
manual	4.00,0	4.16,0	4.40,0	5.00,0	5.28,0	5.48,0
100 x 200 x 300 x 400 auto	2.22,00	2.32,00	2.45,00	2.55,00	3.08,80	3.23,80
manual	2.21,7	2.31,7	2.45,7	2.54,7	3.08,5	3.23,5
4x400 mixt auto	3.44,30	3.58,30	4.18,30	4.36,30	5.00,30	5.30,00
manual	3.44,0	3.58,0	4.18,0	4.36,0	5.00,0	5.29,7
60 (0,84; 8,50) auto, sen	9,70	10,50	11,40			
manual	9,4	10,2	11,1			
60 (0,762; 8,50) auto, jun II (U18)	9,30	10,20	11,10	11,70	12,40	
manual	9,0	9,9	10,8	11,4	12,1	
60 (0,762; 8,25) auto, jun III	9,30	10,20	11,10	11,70	12,40	13,40
manual	9,0	9,9	10,8	11,4	12,1	13,1
100 (0,84; 8,50) auto, sen	16,20	17,70	19,60			
manual	15,9	17,4	19,3			
100 (0,762; 8,50) auto, jun II (U18)	15,70	17,20	19,10	20,20	21,50	
manual	15,4	16,9	18,8	19,9	21,2	
100 (0,762; 8,25) auto, jun III	15,70	17,20	19,10	20,20	21,50	23,30
manual	15,4	16,9	18,8	19,9	21,2	23,0
300 (0,762) auto	46,80	50,30	55,30	58,80	1.02,30	1.05,30

manual	46,5	50,0	55,0	58,5	1.02,0	1.05,0
400 (0,762) auto	1.09,30	1.14,00	1.20,30	1.27,30		
manual	1.09,0	1.13,7	1.20,0	1.26,7		
2000 auto	7.10,30	7.30,30	8.00,30	8.30,30		
manual	7.10,0	7.30,0	8.00,0	8.30,0		
3000 auto	11.35,30	12.15,30	13.35,30			
manual	11.35,0	12.15,0	13.35,0			
10	38.50	41.50	45.00			
15	58.30	1:03.00	1:12.00			
Semimaraton 21,0975	1:27.00	1:34.00	1:43.00			
Maraton 42,195	3:15.00	3:32.00	a finișa			
100	9:45.00	a finișa				
6 ore (km)	66					
12 ore (km)	85					
24 ore (km)	140					
0,5			1.35,0	1.40,0	1.45,0	1.55,0
1	3.15,0	3.25,0	3.40,0	3.55,0	4.15,0	4.30,0
2	7.00,0	7.30,0	8.05,0	8.40,0	9.20,0	10.00,0
3	10.50,0	11.40,0	12.30,0	13.20,0		
4	14.40,0	15.45,0	17.00,0	18.30,0		
5	18.40,0	20.10,0	21.50,0	23.50,0		
6	23.00,0	24.00,0	25.30,0			
8	32.00,0	33.40,0	36.00,0			
10	41.00,0	43.40,0	46.30,0			
30 auto				5,0	5,2	5,5
60 auto	8,20	8,60	9,00	9,60	10,10	10,70
manual	7,9	8,3	8,7	9,3	9,8	10,4
200 auto	27,60	29,40	31,50	33,30	35,00	37,00
manual	27,3	29,1	31,2	33,0	34,7	36,7
300 auto	43,80	46,80	50,30	54,30	57,50	1.01,30
manual	43,5	46,5	50,0	54,0	57,2	1.01,0
400 auto	1.02,00	1.06,00	1.11,30	1.17,30	1.21,30	1.27,30
manual	1.01,7	1.05,7	1.11,0	1.17,0	1.21,0	1.27,0
600 auto	1.40,30	1.47,80	1.57,30	2.08,30	2.15,30	2.30,30
manual	1.40,0	1.47,5	1.57,0	2.08,0	2.15,0	2.30,0
800 auto	2.25,30	2.35,80	2.48,30	3.00,30	3.10,30	3.28,30
manual	2.25,0	2.35,5	2.48,0	3.00,0	3.10,0	3.28,0
1000 auto	3.08,30	3.16,30	3.33,30	3.45,30	3.55,30	4.12,30
manual	3.08,0	3.16,0	3.33,0	3.45,0	3.55,0	4.12,0
1500 auto	4.56,30	5.15,30	5.40,30	6.00,30	6.25,30	6.55,30
manual	4.56,0	5.15,0	5.40,0	6.00,0	6.25,0	6.55,0
3000 auto	10.30,30	11.15,30	12.15,30	13.20,30		

manual	10.30,0	11.15,0	12.15,0	13.20,0		
4 x 200 auto	1.49,10	1.56,30	2.06,70	2.12,30	2.18,70	2.26,70
manual	1.48,8	1.56,0	2.06,4	2.12,0	2.18,4	2.26,4
4 x 400 auto	4.04,30	4.22,30	4.44,30	4.56,30	5.12,30	5.32,30
manual	4.04,0	4.22,0	4.44,0	4.56,0	5.12,0	5.32,0
2000 auto	7.00,30	7.20,30	7.50,30	8.20,30		
manual	7.00,0	7.20,0	7.50,0	8.20,0		
1000	4.40,0	4.55,0	5.15,0	5.50,0	6.25,0	6.50,0
2000	940,0	10.30,0	11.30,0	12.30,0	13.20,0	14.30,0
3000	1.5.20,0	16.30,0	18.00,0	19.00,0	20.40,0	22.30,0
5000	26.30,0	28.10,0	31.30,0	33.30,0	35.30,0	38.00,0
10 000	55.20,0	59.40,0	1:04.20	1:09.50	1:12.00	
20 000	1:59.30	2:08.00	a finișă			
35 000	3:47.00	4:06.30	a finișă			
5	25.40	27.40	30.20	33.00	35.00	37.40
10	55.00	59.20	1:04.00	1:09.30		
20	1:58.00	2:06.00	a finișă			
35	3:45.00	4:04.30	a finișă			
50	a finișă					
Înălțime	1,60	1,50	1,40	1,30	1,25	1,20
Prăjină	3,00	2,75	2,40	2,20	2,00	1,80
Lungime	5,45	5,00	4,70	4,50	4,10	3,10
Triplusalt	11,80	11,00	10,30	9,80	8,80	8,00
1 kg, sen, jun I-II	42,00	35,00	28,00			
750 g, jun III	39,50	33,50	28,00	25,00	22,00	19,00
4 kg, sen, j.I (U20)	44,00	37,00	30,00			
3 kg, jun II (U18)	47,00	40,00	34,00	30,00	26,00	20,00
600g, sen, jun I (U20)	38,00	32,00	24,00			
500g, jun II (U18)	40,00	34,00	26,00	23,00	19,00	
400g, jun III	41,00	35,00	27,00	24,00	20,00	17,00
4 kg, sen, jun I (U20)	11,80	10,00	8,00			
3 kg, jun II (U18)	12,80	11,00	9,00	8,00	7,00	6,50
500g		40,00	35,00	30,00	25,00	21,00
300g		45,00	40,00	35,00	31,00	27,00
Minge				42,00	37,00	31,00
Heptatlon, sen, jun I (U20)	3850	3200	2500			
Heptatlon, jun II (U18)	4000	3300	2600	2100	1700	1300
Pentatlon (sală) sen, jun I (U20)	2750	2200	1750			

Pentatlon (sală) jun II (U18)	2750	2200	1750	1300	1000	700
Tetratlon 12-14 a.	390	340	290	230	170	120
Triatlon 12-14 ani	285	255	215	175	125	90

Condiții de conferire

3. Rezultatele fixate cu dispozitivul electronic de înregistrare a timpului sunt notate în tabelul normelor de clasificare cu mențiunea „*auto*”, iar cele înregistrate cu cronometrul electronic acționat manual – cu mențiunea „*manual*”. La probele în care nu se prevăd normative cronometrate electronic, la rezultatul cronometrat manual, conform standardelor internaționale, se va adăuga 0,30 sec.

5. Titlurile și categoriile la probele de alergări și marș sportiv în sală și aer liber, prevăzute de tabelul normelor de clasificare, se conferă dacă lungimea pistei nu depășește 200 și 400m, respectiv. La probele în care lipsesc normativele de sală se vor aplica normativele pentru probele disputate în aer liber.

6. La probele de aruncări, alergări de garduri și poliatloane, în corespundere cu vârsta atleților, se vor respecta următoarele standarde:

STANDARDE ALERGĂRI GARDURI/OBSTACOLE					
Proba	Înălțimea gardului (m)	Distanța de la start până la primul gard (m)	Distanța între garduri (m)	Distanța de la ultimul gard până la sosire (m)	Număr de garduri/ obstacole
Seniori					
60 m garduri	1,067	13,72	9,14	9,72	5
110 m garduri	1,067	13,72	9,14	14,02	10
400 m garduri	0,914	45,00	35,00	40,00	10
2000 m obst. (outdoor/indoor)	0,914	≈ 200 / ≈ 150	≈ 80 / ≈ 100	≈ 70 / ≈ 40	23 / 19
3000 m obst. (outdoor)	0,914	≈ 200	≈ 80	≈ 70	35
Juniori I (18-19 ani) (U20)					
60 m garduri	0,990	13,72	9,14	9,72	5
110 m garduri	0,990	13,72	9,14	14,02	10
400 m garduri	0,914	45,00	35,00	40,00	10
2000 m obst. (outdoor/indoor)	0,914	≈ 200 / ≈ 150	≈ 80 / ≈ 100	≈ 70 / ≈ 40	23 / 19
3000 m obst. (outdoor)	0,914	≈ 200	≈ 80	≈ 70	35
Juniori II (16-17 ani) (U18)					
60 m garduri	0,914	13,72	9,14	9,72	5
110 m garduri	0,914	13,72	9,14	14,02	10
300 m garduri	0,838	45,00	35,00	45,00	7

400 m garduri	0,838	45,00	35,00	40,00	10
2000 m obst. (outdoor/indoor)	0,838	≈ 200 / ≈ 150	≈ 80 / ≈ 100	≈ 70 / ≈ 40	23 / 19
3000 m obst. (outdoor)	0,838	≈ 200	≈ 80	≈ 70	35
Juniori III (14-15 ani)					
110 m garduri	0,840	13,72	8,80	17,08	10
300 m garduri	0,762	45,00	35,00	45,00	7
2000 m obst. (outdoor/indoor)	0,762	≈ 200 / ≈ 150	≈ 80 / ≈ 100	≈ 70 / ≈ 40	23 / 19
Senioare și junioare I (18-19 ani) (U20)					
60 m garduri	0,840	13,00	8,50	13,00	5
100 m garduri	0,840	13,00	8,50	10,50	10
300 m garduri	0,762	45,00	35,00	45,00	7
400 m garduri	0,762	45,00	35,00	40,00	10
2000 m obst. (outdoor/indoor)	0,762	≈ 200 / ≈ 150	≈ 80 / ≈ 100	≈ 70 / ≈ 40	23 / 19
3000 m obst. (outdoor)	0,762	≈ 200	≈ 80	≈ 70	35
Junioare II (16-17 ani) (U18)					
60 m garduri	0,762	13,00	8,50	13,00	5
100 m garduri	0,762	13,00	8,50	10,50	10
300 m garduri	0,762	45,00	35,00	45,00	7
400 m garduri	0,762	45,00	35,00	40,00	10
2000 m obst. (outdoor/indoor)	0,762	≈ 200 / ≈ 150	≈ 80 / ≈ 100	≈ 70 / ≈ 40	23 / 19
3000 m obst. (outdoor)	0,762	≈ 200	≈ 80	≈ 70	35
Junioare III (14-15 ani)					
60 m garduri	0,762	13,00	8,25	15,00	5
100 m garduri	0,762	13,00	8,25	15,00	10
300 m garduri	0,762	45,00	35,00	45,00	7
2000 m obst. (outdoor/indoor)	0,762	≈ 200 / ≈ 150	≈ 80 / ≈ 100	≈ 70 / ≈ 40	23 / 19
STANDARDE PROBE DE ARUNCĂRI					
Materiale	Grupe de vârstă				
	Seniori	Juniori I (U20) (18-19 ani)	Juniori II (U18) (16-17 ani)	Juniori III (14-15 ani)	Copii (până la 13 ani)
Categoriile de vârstă, bărbați					
Greutate	7,260 kg	6,000 kg	5,000 kg	4,000 kg	4,000 kg
Ciocan	7,260 kg	6,000 kg	5,000 kg	4,000 kg	4,000 kg
Disc	2,000 kg	1,750 kg	1,500 kg	1,000 kg	1,000 kg
Suliță	800 g	800 g	700 g	600 g	600 g

Minge oină				150 g	150 g
Grenadă		700 g	500 g	500 g	300 g
Femei					
Greutate	4,000 kg	4,000 kg	3,000 kg	3,000 kg	3,000 kg
Ciocan	4,000 kg	4,000 kg	3,000 kg	3,000 kg	3,000 kg
Disc	1,000 kg	1,000 kg	1,000 kg	1,000kg/750 g	750 g
Suliță	600 g	600 g	500 g	500g	400 g
Minge oină				150 g	150 g
Grenadă	500 g	500 g	300 g	300 g	300 g

7. Îndeplinirea normativelor folosind materiale de aruncări cu greutate redusă și a gardurilor cu înălțimea micșorată se admite pentru juniori I (18-19 ani) (U20), până la categoria sportivă de CMS, iar la celelalte grupe de vârstă – până la categoria I seniori inclusiv.

8. La înregistrarea recordurilor se va lua în considerare viteza vântului. Rezultatele se vor înregistra dacă viteza vântului nu va depăși 2 m/sec., iar la probele combinate – maximum 4 m/s și maximum 2m/s – media vitezei la toate probele în care aceasta se fixează.

9. Structura probelor combinate

Bărbați

Decatlon – seniori, tineret, juniori I și II

Ziua I: 100m, lungime, greutate, înălțime, 400m

Ziua a II-a: 110 m/g, disc, prăjină, suliță, 1500m

Octatlon – juniori III

Ziua I: 100m, lungime, greutate, 400m

Ziua a II-a: 110 m/g, înălțime, suliță, 1000m

Heptatlon (în sală) - seniori, tineret, juniori I și II

Ziua I: 60m, lungime, greutate, înălțime,

Ziua a II-a: 60 m/g, prăjină, 1000m

Pentatlon (în sală) - seniori, tineret, juniori I, II și III

60 m/g, lungime, greutate, înălțime, 1000m

două reuniuni

Tetratlon - copii

60m, lungime/înălțime, minge oină, 800m

o zi

Femei

Heptatlon – senioare, tineret, junioare I, II și III

Ziua I: 100 m/g, înălțime, greutate, 200m

Ziua a II-a: lungime, suliță, 800m

Pentatlon (în sală) - senioare, tineret, junioare I, II și III

60 m/g, înălțime, greutate, lungime, 800m

Tetratlon – copii (12-14 ani)

60m, lungime/înălțime, minge oină, 500/600/800/1000m.

Triatlon – copii (12-14ani)

60m, lungime/înălțime, 500m.

10. Evaluarea rezultatelor în probele combinate se va efectua conform tabelelor respective, aprobate de WA. Evaluarea rezultatelor în probele de tetratlon și triatlon pentru copiii cu vârsta de 12-14 ani, pentru conferirea categoriilor sportive, se va face conform tabelului de puncte aprobat de FAM.

11. Pentru participarea la competiții, sportivul va trebui să atingă vârsta stabilită în anul desfășurării competiției sportive corespunzătoare.

12. În cazul realizării la competițiile din străinătate a unui record național sau îndeplinirii normativelor prevăzute de prezentul Regulament, la Federația de Atletism urmează a fi prezentată foaia de confirmare a rezultatului tehnic (sau a recordului la proba respectivă).

13. Categoriile sportive de masă urmează a fi confirmate prin decizia Biroului Fam, la prezentarea demersului de către organizația/instituția sportivă din domeniul atletismului.