

## E.- DISTANCIAS, DESNIVELES Y CONTROLES

### E.1.- Federadas

		Distancia Larga (Sábado)			Distancia Media (Domingo)		
		Distancia	Desnivel	Controles	Distancia	Desnivel	Controles
Alevín Femenino	F-12	2.4	50	14	2.0	60	12
Alevín Masculino	M-12	2.4	50	14	2.0	60	12
Infantil Femenino	F-14	3.3	120	15	2.6	100	11
Infantil Masculino	M-14	3.4	140	16	3.1	105	14
Cadete Femenino	F-16	3.4	140	16	3.1	105	14
Cadete Masculino	M-16	4.3	140	16	3.8	110	16
Juvenil Femenino	F-18	5.5	215	15	3.6	125	14
Juvenil Masculino	M-18	7.1	275	18	4.7	160	20
Senior Femenino	F-21	7.1	275	18	4.7	160	20
Senior Masculino	M-21	8.9	315	20	5.3	180	21
Veteranas	F-35	5.5	215	15	3.6	125	14
Veteranos	M-35	7.1	275	18	4.7	160	20
Master Femenino	F-45	4.3	140	16	3.8	110	16
Master Masculino	M-45	5.5	215	15	3.6	125	14
Master+ Femenino	F-55	3.4	170	12	2.6	90	14
Master+ Masculino	M-55	4.3	140	16	3.8	110	16

### E.2.- NO Federadas y de promoción

		Distancia Larga (Sábado)			Distancia Media (Domingo)		
		Distancia	Desnivel	Controles	Distancia	Desnivel	Controles
OPEN Amarillo	<15	1.7	40	9	1.7	65	11
OPEN Naranja	>15	3.3	120	15	2.6	100	11
OPEN Rojo	>15	5.1	200	15	3.4	105	14
Benjamin	<8	1.7	40	9	1.7	65	11

### E.3.- Deporte Escolar

Alevín Femenino	F-12				2.0	60	12
Alevín Masculino	M-12				2.0	60	12
Infantil Femenino	F-14				2.8	85	13
Infantil Masculino	M-14				2.8	85	13
Cadete Femenino	F-16				3.1	130	16
Cadete Masculino	M-16				3.1	130	16
Benjamin	<8				1.7	65	11