



COMITÉ ESPAÑOL DE HALTEROFILIA MÁSTER REGLAMENTO PARA LOS CAMPEONATOS DE ESPAÑA MÁSTER 2026

ARTÍCULO 1. – OBJETO

Las Reglas Nacionales de Halterofilia tienen por objeto, principalmente:

- Definir y precisar las condiciones prácticas y técnicas en las cuales deben desarrollarse las competiciones.
- Determinar las condiciones de clasificación, penalización y eliminación de los competidores, etc.

ARTÍCULO 2. - CAMPO DE APLICACIÓN

El presente reglamento es de obligada aplicación en los Campeonatos de España Máster y en todos los encuentros organizados bajo el control del Comité Español de Halterofilia Máster (CEHM) de la RFEH, y se regirán por las Reglas Técnicas de la IWF vigentes.

ARTÍCULO 3. – INTERPRETACIÓN

En caso de desacuerdo sobre la interpretación de las disposiciones de cualquiera de los artículos del presente Reglamento, prevalecerá la interpretación del CEHM sobre cualquier circunstancia que no se haya contemplado en estos, la cual será respetada y acatada por todas las partes integrantes.

ARTÍCULO 4. – GRUPOS DE EDAD

1. En la Halterofilia Máster, las competiciones se organizarán para hombres y mujeres. Los atletas competirán en las categorías establecidas por las reglas, de acuerdo con sus pesos corporales y con los Grupos de Edad (en los Campeonatos individuales). La edad será controlada en todos los campeonatos y competiciones en el momento de la inscripción.
2. **La edad mínima para participar oficialmente en cualquier Campeonato de España Máster es 35 años, cumplidos en el año deportivo.**
3. De acuerdo con las reglas de la Asociación Internacional de Halterofilia Máster (IMWA) se reconocen 12 grupos de edad tanto para hombres como para mujeres dentro de cada categoría de peso: (Todos los grupos están establecidos por el año de nacimiento del atleta.)

HOMBRES		
M35	Edades	35-39
M40	Edades	40-44
M45	Edades	45-49
M50	Edades	50-54
M55	Edades	55-59
M60	Edades	60-64
M65	Edades	65-69
M70	Edades	70-74
M75	Edades	75-79
M80	Edades	80-84
M85	Edades	85-89
M90+	Edades	90 o más

MUJERES		
W35	Edades	35-39
W40	Edades	40-44
W45	Edades	45-49
W50	Edades	50-54
W55	Edades	55-59
W60	Edades	60-64
W65	Edades	65-69
W70	Edades	70-74
W75	Edades	75-79
W80	Edades	80-84
W85	Edades	85-89
W90+	Edades	90 o más

ARTÍCULO 5. - CATEGORÍAS DE PESO CORPORAL (HASTA 31 JULIO 2026)

Habrá ocho (8) categorías para hombres:

- | | |
|----------|------------|
| 1. 60 kg | 5. 88 kg |
| 2. 65 kg | 6. 98 kg |
| 3. 71 kg | 7. 110 kg |
| 4. 79 kg | 8. +110 kg |

Habrá ocho (8) categorías para mujeres:

- | | |
|----------|-----------|
| 1. 48 kg | 5. 69 kg |
| 2. 53 kg | 6. 77 kg |
| 3. 58 kg | 7. 86 kg |
| 4. 63 kg | 8. +86 kg |

Durante cualquier competición, un atleta no puede competir en más de una categoría.

A partir del 1 de agosto de 2026, se aplicarán las nuevas categorías de peso publicados por la IWF:

Habrá ocho (8) categorías para hombres:

1. 60 kg	5. 85 kg
2. 65 kg	6. 95 kg
3. 70 kg	7. 110 kg
4. 75 kg	8. +110 kg

Habrá ocho (8) categorías para mujeres:

1. 49 kg	5. 69 kg
2. 53 kg	6. 77 kg
3. 57 kg	7. 86 kg
4. 61 kg	8. +86 kg

ARTÍCULO 6. – LICENCIAS DE COMPETIDOR

Todo levantador/a, que tome parte en los Campeonatos de España Máster, o cualquier otro bajo la tutela de la RFEH, debe estar en posesión de la licencia federativa del año en curso tramitada por una Federación Autonómica.

ARTÍCULO 7. – IDENTIDAD

Todo participante deberá acreditar su identidad cuando le sea requerida oficialmente, por medio del carné de identidad, permiso de conducir, o pasaporte individual

Un atleta sólo puede participar en una competición en representación de la federación autonómica que figura en su licencia. Si, en cualquier momento, la RFEH constata que la declaración es falsa y que ha habido un engaño, las medidas disciplinarias previstas a este efecto serán inmediatamente aplicadas a la Federación Autonómica y al levantador.

Cada levantador que participe en una competición autoriza automáticamente al CEHM y a la RFEH a difundir su imagen filmada o fotografiada para la difusión y la promoción de la halterofilia. Si un levantador rehúsa esta disposición, deberá decirlo en la inscripción.

ARTÍCULO 7 BIS – ATLETAS ADAPTADOS (ADAPTIVE ATHLETES)

1. Definición

Se considera Atleta Adaptado a toda persona deportista que presenta una condición física, sensorial o intelectual que requiere adaptaciones razonables para asegurar su participación en condiciones de seguridad, equidad e inclusión.

2. Clases funcionales

PW1 – Persona sorda o con discapacidad auditiva
PW2 – Persona ciega o con discapacidad visual
PW3 – Persona con discapacidad intelectual
PW4 – Deficiencia en extremidades sin prótesis
PW5 – Deficiencia en extremidades con prótesis
PW6 – Movilidad reducida o inestabilidad articular
PW7 – Usuario de silla de ruedas
PW8 – Estatura baja (acondroplasia u otra condición similar)

3. Inscripción y documentación

No hay marca clasificatoria para poder participar ni hay necesidad de conseguir una marca minia par ser elegible al podio.

El atleta deberá indicar su condición en el formulario de inscripción.

El CEHM podrá solicitar documentación que permita determinar la clase funcional.

4. Adaptaciones permitidas

Se permitirán modificaciones razonables para facilitar la participación del atleta.

5. Clasificación y medallas
Los atletas adaptados competirán dentro de su categoría de peso y edad.
6. Principio de No Discriminación
Ningún atleta podrá ser excluido ni penalizado por su condición de discapacidad.

ARTÍCULO 7 TER – CATEGORÍA GÉNERO ABIERTO (MASCULINA Y FEMENINA)

1. Definición
Las categorías de Genero Abierto son opcional para atletas cuya identidad de género es diferente del sexo asignado al nacer.
2. Elegibilidad
Para competir en Genero Abierto, el atleta deberá seguir los procedimientos descritos en la IMWA Gender Identity Policy.
3. Confidencialidad
Toda documentación relativa a la identidad de género se tratará de manera confidencial.
4. Categorías y clasificación
El atleta competirá dentro del grupo de edad y categoría de peso corporal correspondiente a la categoría Genero Abierto, con las mismas marcas clasificatorias por el genero con que quiere identificarse, grupo de edad y peso corporal.
5. No Discriminación
No se tolerará ningún acto de discriminación, acoso o falta de respeto hacia atletas inscritos en Genero Abierto.

ARTÍCULO 8. – MARCAS MÍNIMAS DE CLASIFICACIÓN

Para poder competir en el Campeonato de España el levantador **debe haber realizado la marca mínima en una competición oficial desde el primer día del campeonato del año anterior (12 abril 2025) hasta la fecha de la primera jornada de la liga 2026 (22 febrero 2026)**. En el caso de que no pueda acreditarlo, el levantador no podrá participar y perderá la cuota de inscripción. Para poder acceder a las medallas y figurar en las clasificaciones oficiales de los Campeonatos de España Máster Individuales el atleta **debe conseguir la marca mínima en competición**. Las marcas mínimas son las que se detallan a continuación (totales olímpicos):

MARCAS MINIMAS DE CLASIFICACIÓN 2026

HOMBRES

	M35	M40	M45	M50	M55	M60	M65	M70	M75	M80	M85	M90+
60	165	156	145	138	126	109	99	86	72	57	46	39
65	178	168	156	144	134	117	105	91	77	62	47	42
71	189	179	164	153	141	125	110	98	83	65	50	43
79	200	188	170	160	144	129	113	100	86	70	51	45
88	211	198	182	168	153	134	118	105	91	73	52	47
94	217	205	189	174	158	140	123	109	93	75	53	48
110	228	216	200	185	167	149	130	114	96	79	56	48
110+	233	221	205	190	171	153	132	116	96	79	56	48

MUJERES

	W35	W40	W45	W50	W55	W60	W65	W70	W75	W80	W85	W90+
48	92	86	77	67	58	51	44	34	30	30	30	30
53	101	95	84	74	61	53	48	36	30	30	30	30
58	106	100	89	79	66	57	50	40	32	30	30	30
63	111	104	92	82	69	59	52	41	32	30	30	30
69	115	108	95	86	73	61	54	45	33	30	30	30
77	120	113	100	90	76	66	58	47	34	30	30	30
86	124	118	104	95	80	68	59	49	35	30	30	30
86+	132	127	112	97	85	71	62	50	36	30	30	30

El peso mínimo en la barra será 26 kilos para hombres y 21 kilos para mujeres. Levantadores a partir de 70 años pueden elegir una barra de 15 kilos o 10 kilos si quieren. El peso mínimo para levantadores a partir de 70 años es 15 kilos.

Los atletas que no consigan la marca mínima en el propio campeonato figurarán en las clasificaciones como fuera de competición.

ARTÍCULO 9. - PARTICIPACIÓN DE ATLETAS EXTRANJEROS

Podrán competir levantadores/as **sin nacionalidad española**, pero lo harán **como fuera de competición**. Deben estar en posesión de:

- a) Tarjeta de residente (no comunitarios).
- b) La correspondiente licencia federativa, en vigor, emitida por la Federación que representen.
- c) El CEHM solicitará para su comprobación la documentación oportuna y que crea necesaria.
- d) Al participar fuera de competición, no podrán establecer récords ni ser campeones de España.
- e) Para acceder a las medallas también deberán hacer la marca mínima correspondiente a su categoría y grupo de edad.

CAMPEONATO DE ESPAÑA MÁSTER INDIVIDUAL

ARTÍCULO 10. - MEDALLAS

Para campeonatos antes del 31 de julio de 2026

1. Categorías masculinas:

60 – 65 – 71 – 79 – 88 – 98 – 110 – +110 kg

2. Categorías femeninas:

48 – 53 – 58 – 63 – 69 – 77 – 86 – +86 kg

Para campeonatos a partir del 1 de agosto de 2026

1. Categorías masculinas:

60 – 65 – 70 – 75 – 85 – 95 – 110 – +110 kg

2. Categorías femeninas:

49 – 53 – 57 – 61 – 69 – 77 – 86 – +86 kg

La marca mínima de clasificación deberá acreditarse en la propia competición para poder optar a las medallas y aparecer en la clasificación oficial.

Las clasificaciones se harán por grupo de edad y por categoría de peso corporal.

Se entregarán medallas a los tres primeros clasificados de cada grupo de edad y de cada categoría de peso corporal en función del **TOTAL OLÍMPICO**.

En caso de empate en el total olímpico, se aplicará lo dispuesto en el artículo **6.8.2** de las **IWF TCRR 2020** para establecer la clasificación final, es decir, el ganador será quien primero haya conseguido el total olímpico.

Se entregarán también medallas/trofeos a las mejores marcas de cada grupo de edad, y mejores marcas de todo el campeonato según la puntuación Q-Masters (masculino) y Q-Masters (femenino) – definidas en Artículos 14 y 18.

CAMPEONATO DE ESPAÑA MÁSTER MASCULINO POR FEDERACIONES

ARTÍCULO 11. - PARTICIPACIÓN

Los equipos estarán compuestos por un máximo de **CINCO** levantadores y un mínimo de **TRES**. Se puede inscribir a **DOS** levantadores reservas. Podrá competir **UN** extranjero por Federación que esté en posesión de la tarjeta de residente.

ARTÍCULO 12.- INSCRIPCIÓN

La Inscripción Definitiva (el listado de levantadores), tendrá que estar **obligatoriamente** en el CEHM, **el lunes previo a la competición**.

ARTÍCULO 13.- RESERVAS.

El límite para decidir si un levantador reserva compite o no es el momento del pesaje de su TANDA, siempre y cuando no haya competido el levantador titular al que pretenda sustituir. En caso de que fuese a competir **un levantador reserva por un titular**, debe comunicarse por parte del entrenador o responsable del equipo, al Juez encargado del pesaje o al Secretario de Competición

ARTÍCULO 14.- COMPETICIÓN

La puntuación final de los equipos se hará sumando los puntos obtenidos por cada uno de los miembros del equipo, según la puntuación **Q-Masters Masculina (calculadora**

<https://huebner.shinyapps.io/Qpoints/>). Dicha puntuación se obtiene multiplicando los puntos Q-

Points (masculino) por el coeficiente de edad vigente de la siguiente tabla:

Edad	Coef.	Edad	Coef.	Edad	Coef.	Edad	Coef.
35	1.052	51	1.264	67	1.693	83	2.755
36	1.064	52	1.283	68	1.736	84	2.877
37	1.076	53	1.304	69	1.784	85	3.008
38	1.088	54	1.327	70	1.833	86	3.168
39	1.100	55	1.351	71	1.883	87	3.356
40	1.112	56	1.376	72	1.932	88	3.545
41	1.124	57	1.401	73	1.981	89	3.709
42	1.136	58	1.425	74	2.031	90	3.880
43	1.148	59	1.451	75	2.083	91	4.059
44	1.160	60	1.477	76	2.139	92	4.247
45	1.173	61	1.504	77	2.202	93	4.443
46	1.187	62	1.531	78	2.271	94	4.648
47	1.201	63	1.560	79	2.348	95	4.863
48	1.215	64	1.589	80	2.430		
49	1.230	65	1.620	81	2.524		
50	1.247	66	1.654	82	2.635		

Si un atleta blanquea en alguna modalidad, los puntos que obtenga sí valdrán para la clasificación del equipo.

En caso de empate en la clasificación por equipos ganará el que tenga la máxima puntuación individual, si continúa el empate será el que tenga la segunda y así sucesivamente. Se entregarán trofeos a los tres primeros equipos clasificados.

CAMPEONATO DE ESPAÑA MÁSTER FEMENINO POR FEDERACIONES

ARTÍCULO 15. PARTICIPACIÓN

Los equipos, estarán compuestos por un máximo de **CINCO** levantadoras y un mínimo de **TRES**. Se podrá inscribir **DOS** levantadoras reservas. Podrá competir **UNA** extranjera por Federación que esté en posesión de la tarjeta de residente.

ARTÍCULO 16. INSCRIPCIÓN

La Inscripción Definitiva (el listado de levantadoras), tendrá que estar **obligatoriamente** en el CEHM, **el lunes previo a la competición**.

ARTÍCULO 17. RESERVAS

El límite para decidir si una levantadora reserva compite o no, es el momento del pesaje de su TANDA, siempre y cuando no haya competido el levantador titular al que pretenda sustituir. En caso de que fuese a competir **una levantadora reserva por una titular**, debe comunicarse por parte del entrenador o responsable del equipo al Juez encargado del pesaje o al Secretario de Competición.

ARTÍCULO 18. COMPETICIÓN

El sistema de competición será: La puntuación final de los equipos se hará sumando los puntos obtenidos por cada uno de los miembros del equipo, según la puntuación **Q-Masters Femenina (calculadora** <https://huebner.shinyapps.io/Qpoints/>). Dicha puntuación se obtiene multiplicando los puntos Q-Point (femeninos) por el coeficiente de edad vigente que se muestra en la siguiente tabla:

Edad	Coef.	Edad	Coef.	Edad	Coef.	Edad	Coef.
35	1.052	51	1.352	67	2.052	83	3.201
36	1.063	52	1.384	68	2.109	84	3.301
37	1.073	53	1.419	69	2.168	85	3.403
38	1.084	54	1.456	70	2.226	86	3.507
39	1.096	55	1.494	71	2.285	87	3.613
40	1.108	56	1.534	72	2.343	88	3.720
41	1.122	57	1.575	73	2.402	89	3.827
42	1.138	58	1.617	74	2.464	90	3.935
43	1.155	59	1.660	75	2.528		
44	1.173	60	1.704	76	2.597		
45	1.194	61	1.748	77	2.670		
46	1.216	62	1.794	78	2.749		
47	1.240	63	1.841	79	2.831		
48	1.265	64	1.890	80	2.918		
49	1.292	65	1.942	81	3.009		
50	1.321	66	1.996	82	3.104		

Si una atleta blanquea en alguna modalidad, los puntos que obtenga sí valdrán para la clasificación del equipo.

En caso de empate en la clasificación por equipos ganará el que tenga la máxima puntuación individual, si continúa el empate será el que tenga la segunda y así sucesivamente. Se entregarán trofeos a los tres primeros equipos clasificados.

COPA DE ESPAÑA MÁSTER

ARTÍCULO 19. PARTICIPACIÓN

No hay marca mínima para participar ni para poder acceder al podio. De acuerdo con Artículo 6, todo levantador/a, debe estar en posesión de la licencia federativa del año en curso tramitada por una Federación Autonómica.

ARTÍCULO 20. COMPETICIÓN

Se entregarán trofeos a las tres mejores marcas de cada grupo de edad – definido en Artículo 4, según la puntuación Q-Masters (masculina y femenina) – definidas en Artículos 14 y 18.

NORMAS GENERALES PARA TODOS LOS CAMPEONATOS.

ARTÍCULO 21. INSCRIPCIONES.

1. Las inscripciones para los Campeonatos de España Máster se harán individualmente a través de un formulario.
2. La fecha tope para la **Inscripción previa** será de **OCHO** semanas antes del Campeonato.
3. La fecha tope para la **Inscripción tardía** (sujeto al aforo) será de **SIETE** semanas antes del Campeonato.
4. La **confirmación definitiva** de categorías de peso corporal (Campeonatos Individuales) de los atletas inscritos anteriormente, así como las bajas, se hará como fecha límite el **LUNES** previo a la celebración del Campeonato, para modificar la categoría se enviará un correo electrónico al **CEHM** (comitehalterofiliamaster@gmail.com) **antes de las 18:00 h del citado lunes**. Después de esa fecha, ya no se podrá modificar la categoría de peso corporal. En la **Reunión Técnica**, que se celebrará el viernes previo a la competición, **NO SE PODRÁ cambiar de categoría de peso corporal**.
5. Quienes no estén dentro de la categoría de inscripción podrán participar fuera de competición y sin opción a ningún premio.
6. El Comité está comprometido con proporcionar una competición de calidad y con medidas de seguridad. En el caso de superar un número de inscritos que impida el normal desarrollo de la competición, la organización se reserva el derecho **DE LIMITAR A UN NÚMERO MÁXIMO DE PARTICIPACIÓN POR CATEGORÍA DE PESO Y EDAD** con el fin de garantizar el buen funcionamiento del campeonato.
7. En el caso de ser rechazada alguna inscripción por el motivo aludido, el importe sería devuelto al interesado.

ARTÍCULO 22. RÉCORDS NACIONALES.

1. El Comité Nacional Máster reconoce los Récords Nacionales Máster en cada grupo de edad, y en cada una de las ocho (8) categorías de peso corporal para hombres y ocho (8) para mujeres, individualmente en Arrancada, Dos Tiempos y Total Olímpico.
2. A partir del 1 de agosto de 2026, el Comité Nacional Máster reconocerá los Récords Nacionales Máster en cada grupo de edad, y en cada una de las ocho (8) nuevas categorías de peso corporal para hombres y ocho (8) para mujeres, individualmente en Arrancada, Dos Tiempos y Total Olímpico.
3. Los récords de España solamente pueden ser establecidos en los campeonatos Nacionales e Internacionales Máster que figuren en el Calendario de Competiciones de la RFEH y de la IWF Masters.
4. Si dos o más competidores realizan el mismo récord, el poseedor del récord será aquel que lo haya batido primero, sin tener en cuenta el peso corporal de los atletas implicados o la secuencia de la competición en el caso de que la categoría en la que participan estuviese dividida en dos grupos.