



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

| MUJERES     |        |          |
|-------------|--------|----------|
| <b>W35</b>  | Edades | 35-39    |
| <b>W40</b>  | Edades | 40-44    |
| <b>W45</b>  | Edades | 45-49    |
| <b>W50</b>  | Edades | 50-54    |
| <b>W55</b>  | Edades | 55-59    |
| <b>W60</b>  | Edades | 60-64    |
| <b>W65</b>  | Edades | 65-69    |
| <b>W70</b>  | Edades | 70-74    |
| <b>W75</b>  | Edades | 75-79    |
| <b>W80</b>  | Edades | 80-84    |
| <b>W85</b>  | Edades | 85-89    |
| <b>W90+</b> | 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. 94 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:

- Tarjeta de residente (no comunitarios).
- La correspondiente licencia federativa, en vigor, emitida por la Federación que representen.
- El CEHM solicitará para su comprobación la documentación oportuna y que crea necesaria.
- Al participar fuera de competición, no podrán establecer récords ni ser campeones de España.
- 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](mailto: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 Réconds 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 Réconds 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.