REAL FEDERACIÓN DE FUTBOL DE MADRID
Comité de Arbitros
CIF G-78965043

CIRCULAR Nº 3
TEMPORADA 2018/2019

Para conocimiento general, a continuación, se relacionan las fechas y horarios de las preceptivas Pruebas Físicas de la próxima Temporada que se realizarán en 1ª Convocatoria. Los grupos que faltan por definir se establecerán una vez confeccionadas las listas definitivas de cada categoría, comunicándose en ese momento junto con las sedes asignadas.

CATEGORÍA	DÍA	COLEGIADOS	HORA	Sede
A. 3ª DIV. *	18 Agosto (Sábado) *	Grupo 1	7:45	A
		Grupo 2	8:15	A
A.A. 2ª DIV. "B" *	18 Agosto (Sábado) *	Grupo 3	8:45	A
A.A. 3ª DIV. *				
A. PREFERENTE *	18 Agosto (Sábado)	Grupo 1	18:15	A
		Grupo 2	18:45	
		Grupo 3	19:15	
A.A. PREFERENTE *	18 Agosto (Sábado)	Grupo 1	18:15	B
		Grupo 2	18:45	
1ª AFICIONADOS	31 Agosto (Viernes)	Grupo 1	18:15	A
		Grupo 2	18:45	
		Grupo 3	19:15	
		Grupo 4	18:15	B
		Grupo 5	18:45	
REGIONAL	1 Septiembre (Sábado)	Apellidos A - G	07:45 Horas	A
		Apellidos H - P	08:15 Horas	
		Apellidos R - Z	08:45 Horas	
JUVENIL	1 Septiembre (Sábado)	Apellidos A - L	18:30 Horas	
		Apellidos M - Z	19:00 Horas	
FÚTBOL-7	2 Septiembre (Domingo)	Apellidos A - L	18:30 Horas	
		Apellidos M - Z	19:00 Horas	

*La fecha podrá modificarse en función de la fecha de comienzo de la categoría 2ª DIV. "B".

Benjamín Palencia 27 - 28038 Madrid Teléfono 917791619 - Fax 917781228 - WEB -

Real Orden al Mérito Deportivo
Consejo Superior de Deportes 2013
Gran Cruz de Honor de la Orden del
Dos de Mayo Comunidad de Madrid 2013
Medalla de Plata al Mérito Deportivo
Excelentísimo Ayuntamiento de Madrid 1991

NORMAS GENERALES PRUEBAS FISICAS:

- El Comité de Árbitros no se hace responsable de las prendas, mochilas y demás enseres que lleven los colegiados a las instalaciones de las pruebas físicas, siempre que no le deje en la zona habilitada a tal efecto (vestuario o taquillas) que estarán cerrados y controlados por algún responsable del CAFM.

- No está permitido el uso de clavos en ninguna de las pruebas de pista.

- Se ruega máxima puntualidad, el árbitro que llegue una vez iniciado el calentamiento, **NO PODRÁ** realizar las pruebas

- No comparecer en la línea de salida una vez comenzadas las pruebas, conllevará la **NO SUPERACIÓN** de las mismas.

- Todo aquel colegiado que desarrolle un comportamiento irrespetuoso e inapropiado hacía sus compañeros o los preparadores físicos, podrá ser expulsado de las Pruebas Físicas.

- No cumplir o ignorar de forma repetida las indicaciones de los preparadores físicos, podrá ser motivo de expulsión de las Pruebas Físicas

- El descanso mínimo entre cada una de las pruebas será mínimo de 8 minutos, el cualquier caso, el responsable de la prueba fijará el descanso en cada una de ellas.

- **No se podrá portar ninguna prenda con algún tipo de escudo o emblema representativo de cualquier Club deportivo, tanto en la instalación deportiva antes de la realización de las pruebas, como durante el desarrollo de las mismas.**

- **A la finalización de las pruebas no se entregará resguardo alguno con los tiempos obtenidos en ninguna de las pruebas, atendiendo a que todas se hacen con células y por tanto quedan registrados, con lo que el árbitro recibirá durante la semana siguiente a la celebración de las pruebas físicas los tiempos obtenidos a través de la intranet.**

Benjamín Palencia 27 - 28038 Madrid Teléfono 917791619 - Fax 917781228 - WEB -

Real Orden al Mérito Deportivo
Consejo Superior de Deportes 2013

Gran Cruz de Honor de la Orden del
Dos de Mayo Comunidad de Madrid 2013

Medalla de Plata al Mérito Deportivo
Excelentísimo Ayuntamiento de Madrid 1991

1ª CONVOCATORIA (ORDEN, TIEMPOS Y VALORACIONES)

El orden de las pruebas que compondrá el control de aptitud física será:

- 1º.- Prueba de Velocidad.
- 2º.- Prueba de Resistencia. (Interválica)

Prueba de Velocidad

Árbitros (hombres y mujeres)

- **Descripción**

1. Los tiempos de las carreras deben registrarse con puertas de cronometraje electrónicas (células fotoeléctricas). Las puertas de cronometraje han de colocarse a una distancia no superior a 100 cm del suelo. Si no es posible utilizar puertas de cronometraje electrónicas, un instructor físico con experiencia medirá el tiempo de cada carrera con un cronómetro manual.

2. La puerta de «salida» debe colocarse en el punto 0 m y la puerta de «llegada», en el punto 40 m. La «línea de salida» debe marcarse 1.5 m antes de la puerta de «salida».

3. Los árbitros deben alinearse para salir tocando la «línea de salida» con el pie delantero. Una vez que el responsable de la prueba haya señalado que las puertas de cronometraje electrónicas están listas, el árbitro puede empezar cuando quiera.

4. Los árbitros deben tener 60 segundos como máximo para recuperarse entre cada una de las 6 carreras de 40 m. Los árbitros deben regresar caminando a la salida durante el tiempo de recuperación.

5. Si un árbitro se cae o tropieza, podrá repetir la carrera (1 carrera = 1 x 40 m).

6. Si un árbitro falla en una de las seis carreras, podrá efectuar una séptima carrera justo después de concluir la sexta. Si falla en dos de las siete carreras, el oficial de partido no supera la prueba.

Benjamín Palencia 27 - 28038 Madrid Teléfono 917791619 - Fax 917781228 - WEB -

Real Orden al Mérito Deportivo
Consejo Superior de Deportes 2013

Gran Cruz de Honor de la Orden del
Dos de Mayo Comunidad de Madrid 2013

Medalla de Plata al Mérito Deportivo
Excelentísimo Ayuntamiento de Madrid 1991

CATEGORIAS	PRUEBA	TIEMPO MÁXIMO MASCULINO	TIEMPO MAXIMO FEMENINO	TIEMPO RECUPERACION
3ª DIV. PREFERENTE	**6 x 40m**	**6´´20**	**6´´60**	**60´´ (máximo)**
1ª AFICIONADOS REGIONAL JUVENIL FÚTBOL-7	**6 x 40m**	**6´´20**	**7´´10**	**60´´ (máximo)**

Benjamín Palencia 27 - 28038 Madrid Teléfono 917791619 - Fax 917781228 - WEB -

Real Orden al Mérito Deportivo
Consejo Superior de Deportes 2013
Gran Cruz de Honor de la Orden del
Dos de Mayo Comunidad de Madrid 2013
Medalla de Plata al Mérito Deportivo
Excelentísimo Ayuntamiento de Madrid 1991

- ***Valoración***

  - Para la Categoría de **Árbitros 3ª División, Preferente y 1ª Aficionados**

HOMBRE		MUJERES	
TIEMPO	**VALORACION**	**TIEMPO**	**VALORACION**
De 5,60´´ a 6,20´´	0,00 ptos	De 6,45´´ a 6,60´´	0,00 ptos
De 5,50´´ a 5,59´´	0,02 ptos	De 6,40´´ a 6,44´´	0,02 ptos
De 5,40´´ a 5,49´´	0,04 ptos	De 6,35´´ a 6,39´´	0,04 ptos
De 5,30´´ a 5,39´´	0,06 ptos	De 6,30´´ a 6,34´´	0,06 ptos
De 5,20´´ a 5,29´´	0,08 ptos	De 6,25´´ a 6,29´´	0,08 ptos
De 5,10´´ a 5,19´´	0,10 ptos	De 6,20´´ a 6,24´´	0,10 ptos
De 5,00´´ a 5,09´´	0,14 ptos	De 6,15´´ a 6,19´´	0,14 ptos
Inferior a 5,00´´	0,16 ptos	Inferior a 6,15´´	0,16 ptos

  - Para la Categoría de **Árbitros de Regional, Juvenil y Futbol-7:**

HOMBRE		MUJERES	
TIEMPO	**VALORACION**	**TIEMPO**	**VALORACION**
De 5,60´´ a 6,20´´	0,00 ptos	De 6,45´ a 7,10´´	0,00 ptos
De 5,50´´ a 5,59´´	0,03 ptos	De 6,40´´ a 6,44´´	0,03 ptos
De 5,40´´ a 5,49´´	0,07 ptos	De 6,35´´ a 6,39´´	0,07 ptos
De 5,30´´ a 5,39´´	0,12 ptos	De 6,30´´ a 6,34´´	0,12 ptos
De 5,20´´ a 5,29´´	0,16 ptos	De 6,25´´ a 6,29´´	0,16 ptos
De 5,10´´ a 5,19´´	0,20 ptos	De 6,20´´ a 6,24´´	0,20 ptos
De 5,00´´ a 5,09´´	0,25 ptos	De 6,15´´ a 6,19´´	0,25 ptos
Inferior a 5,00´´	0,30 ptos	Inferior a 6,15´´	0,30 ptos

Benjamín Palencia 27 - 28038 Madrid Teléfono 917791619 - Fax 917781228 - WEB -

Real Orden al Mérito Deportivo
Consejo Superior de Deportes 2013

Gran Cruz de Honor de la Orden del
Dos de Mayo Comunidad de Madrid 2013

Medalla de Plata al Mérito Deportivo
Excelentísimo Ayuntamiento de Madrid 1991

Árbitros Asistentes (hombres y mujeres)

- **Descripción**

1. Los tiempos de las carreras deben registrarse con puertas de cronometraje electrónicas (células fotoeléctricas). Las puertas de cronometraje han de colocarse a una distancia no superior a 100 cm del suelo. Si no es posible utilizar puertas de cronometraje electrónicas, un instructor físico con experiencia medirá el tiempo de cada prueba con un cronómetro manual.

2. La puerta de «salida» debe colocarse en el punto 0 m y la puerta de «llegada», en el punto 30 m. La «línea de salida» debe marcarse 1.5 m antes de la puerta de «salida».

3. Los árbitros asistentes deben alinearse para salir tocando la «línea de salida» con el pie delantero. Una vez que el responsable de la prueba haya señalado que las puertas de cronometraje electrónicas están listas, el árbitro asistente puede empezar cuando quiera.

4. Los árbitros asistentes deben tener un máximo de 30 segundos para recuperarse entre cada una de las 5 carreras de 30 m. Los árbitros deben regresar caminando a la salida durante el tiempo de recuperación.

5. Si un árbitro asistente se cae o tropieza, podrá repetir la carrera (1 carrera = 1 x 30 m).

6. Si un árbitro asistente falla en una de las cinco carreras, podrá efectuar una sexta carrera justo después de concluir la quinta. Si falla en dos de las seis carreras, el árbitro asistente no supera la prueba.

Benjamín Palencia 27 - 28038 Madrid Teléfono 917791619 - Fax 917781228 - WEB -

Real Orden al Mérito Deportivo
Consejo Superior de Deportes 2013
Gran Cruz de Honor de la Orden del
Dos de Mayo Comunidad de Madrid 2013
Medalla de Plata al Mérito Deportivo
Excelentísimo Ayuntamiento de Madrid 1991

CATEGORIAS	PRUEBA	TIEMPO MÁXIMO MASCULINO	TIEMPO MAXIMO FEMENINO	TIEMPO RECUPERACION
2ª DIV. "B" 3ª DIV. PREFERENTE	**5 x 30m**	**4´´90**	**5´´30**	**30´´**

- ***Valoración***

  - Para la Categoría de **A.A. 2ª División "B".** Se clasificarán como apto y no apto en función si han superado o no el tiempo máximo fijado.

  - Para la Categoría de **A.A. 3ª División y A.A. Preferente**

HOMBRE		MUJERES	
TIEMPO	**VALORACION**	**TIEMPO**	**VALORACION**
De 4,70´´ a 4,90´´	0,00 ptos	De 5,10´´ a 5,30´´	0,00 ptos
De 4,60´´ a 4,69´´	0,02 ptos	De 5,00´´ a 5,09´´	0,02 ptos
De 4,50´´ a 4,59´´	0,04 ptos	De 4,90´´ a 4,99´´	0,04 ptos
De 4,40´´ a 4,49´´	0,06 ptos	De 4,80´´ a 4,89´´	0,06 ptos
De 4,30´´ a 4,39´´	0,08 ptos	De 4,70´´ a 4,79´´	0,08 ptos
De 4,20´´ a 4,29´´	0,10 ptos	De 4,60´´ a 4,69´´	0,10 ptos
De 4,10´´ a 4,19´´	0,14 ptos	De 4,50´´ a 4,59´´	0,14 ptos
Inferior a 4,10	0,16 ptos	Inferior a 4,50´´	0,16 ptos

Benjamín Palencia 27 - 28038 Madrid Teléfono 917791619 - Fax 917781228 - WEB -

Real Orden al Mérito Deportivo
Consejo Superior de Deportes 2013
Gran Cruz de Honor de la Orden del
Dos de Mayo Comunidad de Madrid 2013
Medalla de Plata al Mérito Deportivo
Excelentísimo Ayuntamiento de Madrid 1991

Prueba de Resistencia

Categorías: árbitros de 3ª División, Preferente y 1ª Aficionados y árbitros asistentes de 2ª División "B", 3ª División y Preferente

- **Descripción**

1. Los árbitros y/o árbitros asistentes deben completar un mínimo de 32 intervalos y un máximo de 40 intervalos consistentes en 75 m de carrera y 25 m caminando, lo que equivale a un mínimo de 3200 o a 8 vueltas y a un máximo de 4000 m o a 10 vueltas en una pista de atletismo de 400 m. El ritmo lo marca el archivo de audio y los tiempos de referencia se rigen por la categoría del árbitro. Si no se dispone de un archivo de audio, el ritmo lo marcará un instructor físico con experiencia sirviéndose de un cronómetro y un silbato.

2. Los árbitros y/o árbitros asistentes deben salir desde una posición de pie. No deben salir antes de que suene el silbato. En cada línea de salida debe haber asistentes para controlar que los árbitros asistentes no empiecen antes de tiempo. Las calles pueden estar bloqueadas con banderines hasta que suene el silbato. Los banderines se deben bajar cuando suene el silbato para que los árbitros asistentes puedan empezar a correr.

3. Al final de cada carrera los árbitros y/o árbitros asistentes deben entrar en el «área de llegada» antes de que suene el silbato. El «área de llegada» está señalada con una línea 1.5 m antes y 1.5 m después de la línea de 75 m.

4. Si un árbitro y/o árbitros asistentes no entra en el «área de llegada» tiempo, debe recibir un aviso claro del responsable de la prueba. Si un árbitro asistente no entra en el «área de llegada» a tiempo una segunda vez, el responsable de la prueba lo parará y le comunicará que no ha superado la prueba.

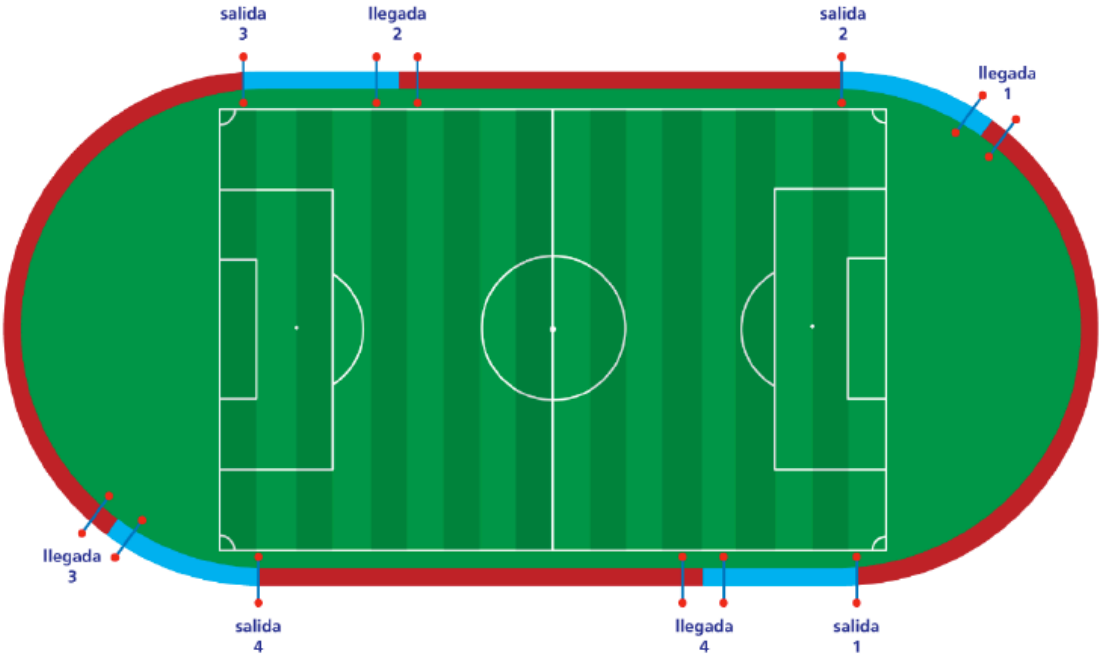
5. Se recomienda que la prueba se realice en grupos de hasta seis árbitros y/o árbitros asistentes. La prueba puede ser realizada por cuatro grupos simultáneamente (véase a continuación), es decir, pueden tomar parte un total de 24 árbitros asistentes a la vez. Cada grupo debe tener su propio responsable de prueba, que lo supervisará atentamente durante toda la prueba.

6. El tiempo máximo, para todas las categorías, será de 15 segundos para hombres y 17 segundos para mujeres para completar cada carrera de 75 m, y el tiempo máximo de cada recorrido caminando de 25 m será

Categoría	Tiempo	
	Hombre	Mujer
Árbitros	20	24
Árbitros Asistentes	22	26

Benjamín Palencia 27 - 28038 Madrid Teléfono 917791619 - Fax 917781228 - WEB -

Real Orden al Mérito Deportivo
Consejo Superior de Deportes 2013
Gran Cruz de Honor de la Orden del
Dos de Mayo Comunidad de Madrid 2013
Medalla de Plata al Mérito Deportivo
Excelentísimo Ayuntamiento de Madrid 1991



- **Valoración de la Prueba de Resistencia (Interválica)**

  - Para la Categoría de **A.A. 2ª División "B".** Se clasificarán como apto siempre que igualen el número máximo de intervalos (40), en caso contrario se le clasificará como no apto.

  - Para la Categoría de **Árbitros de 3ª División, Preferente y 1ª Aficionados y Árbitros Asistentes de 3ª División y Preferente:**

HOMBRE		MUJERES	
INTERVALOS	**VALORACION**	**INTERVALOS**	**VALORACION**
32	0,00 ptos	32	0,00 ptos
33	0,02 ptos	33	0,02 ptos
34	0,04 ptos	34	0,04 ptos
35	0,06 ptos	35	0,06 ptos
36	0,08 ptos	36	0,08 ptos
37	0,10 ptos	37	0,10 ptos
38	0,12 ptos	38	0,12 ptos
39	0,14 ptos	39	0,14 ptos
40	0,16 ptos	40	0,16 ptos

Categorías: árbitros de Regional, Juvenil y Futbol 7

- **Descripción**

Los árbitros y árbitros asistentes deben completar 5 vueltas a una pista de atletismo de 400 metros, realizando un total de 2000 metros el tiempo máximo para completar la prueba será de 11 minutos

- **Valoración de la Prueba de Resistencia (2.000m.)**

  - Para la Categoría de **Regional, Juvenil y Futbol-7:**

HOMBRE		MUJERES	
TIEMPO	**VALORACION**	**TIEMPO**	**VALORACION**
De 8,01´´ a 11,00´´	0,00 ptos	De 10,01´´ a 11,00´´	0,00 ptos
De 7,46´´ a 8,00´´	0,03 ptos	De 9,46´´a 10,00´´	0,03 ptos
De 7,20´´ a 7,45´´	0,06 ptos	De 9,20´´ a 9,45´´	0,06 ptos
De 7,10´´ a 7,19´´	0,08 ptos	De 9,10´´ a 9,19´´	0,08 ptos
De 7,05´´ a 7,09´´	0,12 ptos	De 9,05´´ a 9,09´´	0,12 ptos
De 7,00´´ a 7,04´´	0,16 ptos	De 9,00´´ a 9,04´´	0,16 ptos
De 6,55 ´´ a 6,59´´	0,20 ptos	De 8, 55 ´´ a 8,59´´	0,20 ptos
De 6,50´´ a 6,54´´	0,25 ptos	De 8,50´´ a 8,54´´	0,25 ptos
Inferior a 6,50´´	0,30 ptos	Inferior a 8,50´	0,30 ptos

Benjamín Palencia 27 - 28038 Madrid Teléfono 917791619 - Fax 917781228 - WEB -

Real Orden al Mérito Deportivo
Consejo Superior de Deportes 2013

Gran Cruz de Honor de la Orden del
Dos de Mayo Comunidad de Madrid 2013

Medalla de Plata al Mérito Deportivo
Excelentísimo Ayuntamiento de Madrid 1991

2ª CONVOCATORIA OPCIONAL (ORDEN, TIEMPOS Y VALORACIONES)

La previsión de fechas para realizar la convocatoria opcional sería el 22 y 24 de enero, pudiendo sufrir alguna alteración en cuanto a los días de la semana se refiere en función del número de árbitros que soliciten asistir a dicha convocatoria y de los diferentes programas establecidos por el CAFM. El periodo de inscripción para esta convocatoria sería del 7 al 11 de enero. El responsable del Área de Formación y Desarrollo anunciará el proceso de inscripción en la convocatoria opcional una semana antes de la fecha establecida para dicha inscripción.

El Orden de las Pruebas que compondrá el control de aptitud física será:

Prueba de Velocidad

CATEGORIAS	PRUEBA	TIEMPO MÁXIMO MASCULINO	TIEMPO MAXIMO FEMENINO	TIEMPO RECUPERACION
ARBITROS	**6 x 40m**	**6´´00**	**6´´40**	**60´´ (máximo)**
ASISTENTES	**5 x 30m**	**4´´70**	**5´´10**	**60´´ (máximo)**

- ***Valoración***
  - Para la Categoría de **Árbitros 3ª División, Preferente y 1ª Aficionados**

HOMBRE		MUJERES	
TIEMPO	**VALORACION**	**TIEMPO**	**VALORACION**
De 5,55´´ a 6,00´´	0,00 ptos	De 6,35´´ a 6,40´´	0,00 ptos
De 5,50´´ a 5,54´´	0,02 ptos	De 6,30´´ a 6,34´´	0,02 ptos
De 5,40´´ a 5,49´´	0,04 ptos	De 6,25´´ a 6,29´´	0,04 ptos
De 5,30´´ a 5,39´´	0,06 ptos	De 6,20´´ a 6,24´´	0,06 ptos
De 5,20´´ a 5,29´´	0,08 ptos	De 6,15´´ a 6,19´´	0,08 ptos
De 5,10´´ a 5,19´´	0,10 ptos	De 6,10´´ a 6,14´´	0,10 ptos
De 5,00´´ a 5,09´´	0,14 ptos	De 6,05´´ a 6,09´´	0,14 ptos
Inferior a 5,00´´	0,16 ptos	Inferior a 6,05´´	0,16 ptos

Benjamín Palencia 27 - 28038 Madrid Teléfono 917791619 - Fax 917781228 - WEB -

Real Orden al Mérito Deportivo
Consejo Superior de Deportes 2013
Gran Cruz de Honor de la Orden del
Dos de Mayo Comunidad de Madrid 2013
Medalla de Plata al Mérito Deportivo
Excelentísimo Ayuntamiento de Madrid 1991

- Para la Categoría de **Árbitros de Regional, Juvenil y Futbol-7:**

HOMBRE		MUJERES	
TIEMPO	**VALORACION**	**TIEMPO**	**VALORACION**
De 5,55´´ a 6,00´´	0,00 ptos	De 6,35´´ a 6,40´´	0,00 ptos
De 5,50´´ a 5,54´´	0,03 ptos	De 6,30´´ a 6,34´´	0,03 ptos
De 5,40´´ a 5,49´´	0,07 ptos	De 6,25´´ a 6,29´´	0,07 ptos
De 5,30´´ a 5,39´´	0,12 ptos	De 6,20´´ a 6,24´´	0,12 ptos
De 5,20´´ a 5,29´´	0,16 ptos	De 6,15´´ a 6,19´´	0,16 ptos
De 5,10´´ a 5,19´´	0,20 ptos	De 6,10´´ a 6,14´´	0,20 ptos
De 5,00´´ a 5,09´´	0,25 ptos	De 6,05´´ a 6,09´´	0,25 ptos
Inferior a 5,00´´	0,30 ptos	Inferior a 6,05´´	0,30 ptos

- Para la Categoría de **Árbitros Asistentes 2ª División "B".** Se clasificarán como apto y no apto en función si han superado o no el tiempo máximo fijado.

- Para la Categoría de **Árbitros Asistentes de 3ª División y Preferente:**

HOMBRE		MUJERES	
TIEMPO	**VALORACION**	**TIEMPO**	**VALORACION**
De 4,65´´ a 4,70´´	0,00 ptos	De 5,05´´ a 5,10´´	0,00 ptos
De 4,60´´ a 4,64´´	0,02 ptos	De 5,00´´ a 5,04´´	0,02 ptos
De 4,50´´ a 4,59´´	0,04 ptos	De 4,90´´ a 4,99´´	0,04 ptos
De 4,40´´ a 4,49´´	0,06 ptos	De 4,80´´ a 4,89´´	0,06 ptos
De 4,30´´ a 4,39´´	0,08 ptos	De 4,70´´ a 4,79´´	0,08 ptos
De 4,20´´ a 4,29´´	0,10 ptos	De 4,60´´ a 4,69´´	0,10 ptos
De 4,10´´ a 4,19´´	0,14 ptos	De 4,50´´ a 4,59´´	0,14 ptos
Inferior a 4,10	0,16 ptos	Inferior a 4,50´´	0,16 ptos

Benjamín Palencia 27 - 28038 Madrid Teléfono 917791619 - Fax 917781228 - WEB -

Real Orden al Mérito Deportivo
Consejo Superior de Deportes 2013

Gran Cruz de Honor de la Orden del
Dos de Mayo Comunidad de Madrid 2013

Medalla de Plata al Mérito Deportivo
Excelentísimo Ayuntamiento de Madrid 1991

Prueba de Resistencia: Interválica

Los árbitros deben completar 40 intervalos consistentes en 75 m de carrera y 25 m caminando, lo que equivale a 4000 m o a 10 vueltas en una pista de atletismo de 400 m. El ritmo lo marca el archivo de audio y los tiempos de referencia se rigen por la categoría del árbitro. Si no se dispone de un archivo de audio, el ritmo lo marcará un instructor físico con experiencia sirviéndose de un cronómetro y un silbato.

El tiempo máximo, para todas las categorías, será de 15 segundos para hombres y 17 segundos para mujeres para completar cada carrera de 75 m, y el tiempo máximo de cada recorrido caminando de 25 m será:

Categoría	**Tiempo**	
	Hombre	**Mujer**
AA 2ª B **AA 3ª Div** **AA Preferente** **A 3ª Div** **A Preferente** **A 1ª Aficionados**	18	20
Regional **Juvenil** **Futbol 7**	20	22

- ***Valoración***

  - Para la Categoría de **A.A. 2ª División "B".** Se clasificarán como apto y no apto en función si han superado o no el tiempo máximo fijado.

  - Para la Categoría de **Árbitros 3ª División, Preferente y 1ª Aficionados y Árbitros asistentes de 3ª División y Preferente**

HOMBRE		**MUJERES**	
INTERVALOS	**VALORACION**	**INTERVALOS**	**VALORACION**
Inferior a 40	0,00 ptos	Inferior a 40	0,00 ptos
40	0,16 ptos	40	0,16 ptos

  - Para la Categoría de **Árbitros de Regional, Juvenil y Futbol 7**

HOMBRE		**MUJERES**	
INTERVALOS	**VALORACION**	**INTERVALOS**	**VALORACION**
Inferior a 40	0,00 ptos	Inferior a 40	0,00 ptos
40	0,16 ptos	40	0,16 ptos

Benjamín Palencia 27 - 28038 Madrid Teléfono 917791619 - Fax 917781228 - WEB -

Real Orden al Mérito Deportivo
Consejo Superior de Deportes 2013
Gran Cruz de Honor de la Orden del
Dos de Mayo Comunidad de Madrid 2013
Medalla de Plata al Mérito Deportivo
Excelentísimo Ayuntamiento de Madrid 1991

Bonificación de las pruebas físicas

La bonificación general de las Pruebas Físicas, se obtendrá dividiendo la media de la suma de las bonificaciones de todas las pruebas que se realicen en cada categoría entre las dos convocatorias (SIENDO SOLO DE OBLIGADO CUMPLIMIENTO LAS DE LA PRIMERA CONVOCATORIA).

Ejemplo de bonificación final:

- Asistencia solo a la convocatoria obligatoria
  - (Bv1 + Br1) / 4
- Asistencia a la convocatoria opcional y obligatoria
  - (Bv1 + Br1 + Bv2 + Br2) / 4

Nomenclatura pruebas obligatorias:

- **Bv1** = Bonificación series de velocidad
- **Br1** = Bonificación prueba de resistencia (2000 m)

Nomenclatura pruebas opcional:

- **Bv2** = Bonificación series de velocidad
- **Br2** = Bonificación prueba de resistencia (2000 m)

Sesión de Repesca

La convocatoria de Pruebas Físicas obligatoria, además de la sesión principal, contará con una sesión de repesca a la que tendrán acceso aquellos árbitros y árbitros asistentes que no hayan logrado los tiempos y distancias mínimos exigidos en dicha circular en el llamamiento principal, la bonificación en la segunda sesión será de 0 puntos. Para considerarse apto en cada convocatoria de Pruebas Físicas, habrá que superar todas y cada una de las pruebas que las componen. La convocatoria de repesca será aproximadamente a los 30 días del llamamiento principal.

Vº Bº Presidente
José Luis Lesma López