



CIRCULAR N° 42 DE 2025

CAMPEONATO COMUNIDAD DE MADRID SUPLES - SENIOR

SÁBADO 12 ABRIL – PARLA (MADRID)

(Actualización a 4 de abril de 2025)

INFORMACIÓN ESPECÍFICA	
ORGANIZA	Federación Madrileña de Lucha / Tfno.: 91 364 63 04 / www.fmlucha.es
LUGAR	<u>Pabellón Complejo Deportivo Parla Este de Supera</u> Avda. de los Planetas 42, Parla (Madrid)
INSCRIPCIONES	- Hasta el <u>jueves 10 de abril a las 23:59 h.</u> en <u>ZENYTEMPA</u> - Esta inscripción es DEFINITIVA - No se podrá inscribir ningún deportista cerrado el plazo aunque PODRÁ cambiar de peso. - No se aceptarán inscripciones vía mail, teléfono ni WhatsApp. - Cada deportista, <u>exclusivamente</u> podrá inscribirse en una categoría de peso. En caso de encontrarse inscrito en varias, será incluido en la de menor peso.
PESAJE	<u>Sábado 12 de abril de 10:30 a 11:00 h.</u> en el Polideportivo. Todos los participantes presentarán: - D.N.I. y/o Pasaporte original. - Licencia federativa de 2025. - Podrán participar Residentes en España debiendo acreditar su condición de residente y edad. <u>Autorización paterna (todos los menores de 18 años) que deberán llevar el sello del club y firma del responsable de este.</u>
COMPETICIÓN	Sábado 12 de abril a partir de las 12:00 h. Sin pausas hasta finalización.
CATEGORÍAS DE PESO <i>(Art. 8 Rgto. Nacional Suples)</i>	<u>SENIOR</u> - MAS: 70 - 90 - +90 kg. - FEM: 55 - 70 - +70 kg.
CATEGORÍAS DE EDAD <i>(Art. 8 Rgto. Nacional Suples)</i>	<u>SENIOR</u> -Nacidos desde el año 2007. <u>Necesaria autorización paterna/materna (menores de 18 años).</u>
VESTIMENTA <i>(Art. 6 Rgto. Nacional Suples)</i>	Botas de Lucha y Maillot del color a elegir, (rojo/azul).
SISTEMA DE COMPETICIÓN	- Eliminación directa sin repesca. - Participarán dos deportistas simultáneamente.



Federación Madrileña de Lucha



NORMATIVA ESPECÍFICA	- La competición se desarrollará en 4 Estaciones. En cada una de ellas, el deportista realizará las repeticiones de los ejercicios correspondientes. Cuando se realicen correctamente, el Juez-árbitro comunicará en voz alta, “Cambio” y el deportista, continuará con la siguiente Estación. - En la última Estación y cuando el Juez-árbitro comunique “Cambio”, el competidor deberá tocar con cualquier parte del cuerpo el centro (corona) del tapiz.																																												
EJERCICIOS	En cada estación, cada participante, realizará <u>20 repeticiones</u> de cada ejercicio relacionado a continuación: 1ª Estación: Ejecuciones de Suples con <i>Speed Dummy</i>. 2ª Estación: Ejecuciones con <i>Suples Ball</i>. 3ª Estación: Ejecuciones con <i>Bulgarian Bag</i>. 4ª Estación: Ejecuciones de Brazo Martillo con <i>Speed Dummy</i>.																																												
MATERIALES	<table><tr><th colspan="4">MASCULINO</th></tr><tr><th>Pesos</th><th>Suples Dummy</th><th>Suples Ball</th><th>Bulgarian Bag</th></tr><tr><td>70 kg.</td><td>160 cm/17 kg.</td><td>6 kg.</td><td>8 kg.</td></tr><tr><td>90 kg.</td><td>170 cm/21 kg.</td><td>8 kg.</td><td>12 kg</td></tr><tr><td>+90 kg.</td><td>170 cm/21 kg.</td><td>10 kg.</td><td>17 kg.</td></tr><tr><th colspan="4">FEMENINO</th></tr><tr><th>Pesos</th><th>Suples Dummy</th><th>Suples Ball</th><th>Bulgarian Bag</th></tr><tr><td>55 kg.</td><td>145 cm/15 kg.</td><td>4 kg.</td><td>5 kg.</td></tr><tr><td>70 kg.</td><td>160 cm/17 kg.</td><td>6 kg.</td><td>8 kg.</td></tr><tr><td>+70 kg.</td><td>170 cm/21 kg.</td><td>8 kg.</td><td>12 kg.</td></tr><tr><td>MODELOS→</td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	MASCULINO				Pesos	Suples Dummy	Suples Ball	Bulgarian Bag	70 kg.	160 cm/17 kg.	6 kg.	8 kg.	90 kg.	170 cm/21 kg.	8 kg.	12 kg	+90 kg.	170 cm/21 kg.	10 kg.	17 kg.	FEMENINO				Pesos	Suples Dummy	Suples Ball	Bulgarian Bag	55 kg.	145 cm/15 kg.	4 kg.	5 kg.	70 kg.	160 cm/17 kg.	6 kg.	8 kg.	+70 kg.	170 cm/21 kg.	8 kg.	12 kg.	MODELOS→			
MASCULINO																																													
Pesos	Suples Dummy	Suples Ball	Bulgarian Bag																																										
70 kg.	160 cm/17 kg.	6 kg.	8 kg.																																										
90 kg.	170 cm/21 kg.	8 kg.	12 kg																																										
+90 kg.	170 cm/21 kg.	10 kg.	17 kg.																																										
FEMENINO																																													
Pesos	Suples Dummy	Suples Ball	Bulgarian Bag																																										
55 kg.	145 cm/15 kg.	4 kg.	5 kg.																																										
70 kg.	160 cm/17 kg.	6 kg.	8 kg.																																										
+70 kg.	170 cm/21 kg.	8 kg.	12 kg.																																										
MODELOS→																																													
ACREDITACIONES ENTRENADORES	Para recibir la acreditación en el pesaje, los entrenadores enviarán una fotografía de carné en formato jpg a admin@fmlucha.es antes del martes 8 de abril Se entregarán las Acreditaciones a los entrenadores autorizados a entrar en el tapiz a dirigir los combates en la competición: - Debiendo estar inscritos en el programa Zenytempa. - Estar titulados y con licencia de entrenador/a 2025. - Deberán vestir en todo momento ropa deportiva. Se permitirá entrar en el tapiz a un máximo de 1 entrenador/a por club que esté debidamente acreditado. NO SE PERMITIRÁ LA ENTRADA DE ENTRENADORES/AS AL TAPIZ QUE NO LLEVEN ACREDITACIÓN.																																												



Federación Madrileña de Lucha



COPA ESPAÑA SUPLES SENIOR	- Campeones Copa de España Suples 2024 que mantengan su categoría de edad y peso, serán seleccionados directamente para participar en Copa de España Suples 2025 <u>siempre y cuando así comuniquen</u>. - Se clasificarán todos los <u>Campeones y Subcampeones de la Comunidad de Madrid de Suples 2025</u>. - Resto de medallistas en Cpto. Comunidad de Madrid, podrán participar en Copa de España previa petición de su club y abono de los gastos del campeonato. <u>Exclusivamente</u> se celebrará Copa de España de Suples 2025 categoría Senior.
PREMIOS	Tres primeros clasificados deportistas y clubes.
NORMATIVA GENERAL	- Los modelos/materiales, se colocarán en los lados del tapiz indistintamente excepto, delante de la mesa de jueces-árbitros (limitan visión). Si algún competidor desea deposita en otra zona del tapiz, será bajo su responsabilidad/estrategia. - Se permitirá un entrenador por competidor situándose en la esquina del tapiz que estime (roja o azul). <u>Exclusivamente</u> se realizará Copa de España de Suples 2025 categoría Senior. - Se aplicarán las Reglas Nacionales de Suples, misma normativa para Copa de España. Pulse aquí para consultar Reglamento Nacional de Suples
<i>Esta circular podrá sufrir cambios a efectos organizativos. En los casos que se produzcan, se informará a través de publicación web o correo electrónico.</i>	

Saludos,

Ángel Luis GIMÉNEZ
Presidente FML



www.fmlucha.es



Federación Madrileña de Lucha