

## **CAMPEONATO NACIONAL DE ESPERANÇAS EM PISTA COBERTA**

### **1. NORMAS REGULAMENTARES**

1.1- Poderão participar atletas masculinos e femininos, dos escalões de Júniores e Sub-23, que tenham obtido os resultados de qualificação do escalão de Júniores que se indicam na **Tabela de Marcas de Qualificação**, no período estipulado, e que se enquadrem numa das seguintes situações:

- a) Sejam Portugueses e estejam filiados numa Associação Distrital ou numa Federação Estrangeira Congéne;e;
- b) Sejam estrangeiros e estejam filiados numa Associação Distrital;
- c) Sejam Portugueses e estejam filiados no INATEL;
- d) Sejam estrangeiros e filiados numa Federação Congéne;e, e tenham obtido autorização expressa da FPA para participar nesta Competição.

Os atletas referidos em b) e d), não terão direito quer ao título de Campeão individual, quer aos respetivos lugares de honra.

Os atletas estrangeiros menores de 18 anos não serão considerados, para este efeito, estrangeiros.

1.1.1- A participação dos atletas estrangeiros (RGC Artº 6.3), excluindo os atletas referidos no ponto 5.4, far-se-á nos seguintes termos:

- a) Em todas as corridas com eliminatórias, não têm acesso às finais;
- b) Em corridas de final direta e nos saltos em altura e com vara não há condicionamento de acesso à final;
- c) Nos restantes concursos não têm direito aos três ensaios finais exceto quando houver um número de atletas igual ou inferior a oito.

1.2- Se o atleta faltar a alguma das provas em que se inscreveu e confirmou a participação, ou não comparecer a uma final para a qual tenha sido apurado, sem apresentar justificação prévia e válida, não será autorizado a participar nas restantes, conforme Regra 142.4 do regulamento da IAAF.

1.3- Nas estafetas apenas poderá participar uma equipa de cada clube.

1.3.1- Não é permitida a inscrição de equipas de estafetas constituídas por atletas individuais, ou por atletas de diferentes clubes.

1.4- As corridas de distância igual ou superior a 200 metros, bem como as corridas de estafetas, serão disputadas por séries.

1.5- Os atletas Júniores que participem em corridas ou provas de marcha de distância igual ou superior a 1.500 metros, não poderão participar noutra corrida ou prova de marcha nessa jornada, independentemente da ordem de participação nessas provas.

1.6- Os atletas só poderão participar em duas provas por dia, num máximo de três no conjunto dos dois dias.

## 2. INSCRIÇÕES

### 2.1- Inscrições Preliminares

As inscrições deverão ser feitas pelos clubes ou atletas individuais através da “Plataforma Lince da FPA” nas respetivas áreas de acesso em <https://lince.fpatletismo.pt>.

Inscrições de atletas filiados numa Federação estrangeira serão enviadas para a FPA via Federação Membro da IAAF.

Dando cumprimento ao exarado nas “Normas Administrativas” no início da época, referente a “Inscrições em Competições Nacionais” neste Campeonato haverá cobrança de taxas de inscrição de acordo com o divulgado.\

### 2.2- Confirmação das Inscrições

Deverão ser respeitados os prazos de confirmação de participação por prova, assim como os horários de apresentação na Câmara de Chamada e o previsto de entrada dos atletas na pista, oportunamente divulgados e afixados no local da competição.

Chama-se a atenção para este horário, uma vez que expirado o tempo atribuído para a confirmação de inscrição, proceder-se-á de imediato à elaboração das séries e sorteio de pistas nas corridas e da ordem de ensaio nos concursos.

## 3. MODOS DE APURAMENTO

Os modos de apuramento nas corridas serão decididos pelos Delegados Técnicos com base no número de atletas que confirmem a sua participação e, sempre que possível, nas Regras da IAAF.

## 4. CONTROLO DE ENGENHOS

A organização autoriza a utilização de engenhos pessoais, desde que homologados, os quais serão disponibilizados para utilização de todos os atletas.

Assim, os engenhos devem ser entregues na Câmara de Chamada para verificação até 2 horas antes da hora marcada para o início da prova respetiva.

Os engenhos aprovados serão colocados na zona de lançamento.

No final da prova os engenhos entregues para homologação devem ser levantados na Câmara de Chamada.

## 5. CLASSIFICAÇÕES

- 5.1- Nestes Campeonatos existirá classificação individual e coletiva.
- 5.2- Nestes Campeonatos serão pontuados até ao máximo de 8 atletas por prova, atribuindo-se ao primeiro classificado 8 pontos, ao segundo classificado 7 pontos, e assim sucessivamente, até 1 ponto ao eventual 8º classificado, com exceção das Provas Combinadas em que as pontuações serão duplicadas.
- 5.3- Cada clube pode apresentar a quantidade de atletas que desejar por disciplina, desde que sejam possuidores dos Marcas de Qualificação, mas só poderão pontuar até um máximo de 2 (dois) atletas por clube, sendo os outros para efeito de pontuação, considerados como atletas individuais.
- 5.4- Os atletas estrangeiros (RGC Artº 6.3) filiados na F.P.A., poderão pontuar para o seu clube, até um máximo de dois por equipa, a eles não se aplicando o referido em 1.1.1.
- Não se aplica também o referido em 1.1.1. aos atletas estrangeiros referidos no RGC Artº 6.2.
- 5.5- A soma dos pontos dos atletas de cada clube ditará a pontuação dos mesmos.
- 5.6- Definida a pontuação das equipas, estas serão seriadas por ordem decrescente do total de pontos obtidos.
- 5.7- Nestes Campeonatos, a classificação coletiva só considerará os clubes que tenham apresentado cinco atletas com mínimos a participar.
- 5.8- Os casos de empate serão decididos a favor dos clubes que obtiverem mais primeiros lugares no conjunto das provas do programa. Se o empate subsistir, aplicar-se-á o mesmo critério em relação aos segundos lugares, e assim sucessivamente.

# Camp. Nacional de Esperanças em Pista Coberta

## Pombal - Expocentro

| Sábado - 25 de Fevereiro de 2017 |                |      |           |
|----------------------------------|----------------|------|-----------|
| 16:00                            | 60 m           | Fem  | Elim.     |
| 16:20                            | 60 m           | Masc | Elim.     |
| 16:45                            | 5.000 m Marcha | Masc |           |
| 16:50                            | Comprimento    | Fem  |           |
| 16:55                            | Vara           | Masc |           |
| 17:00                            | Altura         | Fem  |           |
| 17:15                            | 60 m           | Fem  | 1/2 Final |
| 17:25                            | 60 m           | Masc | 1/2 Final |
| 17:35                            | 1.500 m        | Fem  | Séries    |
| 17:45                            | 1.500 m        | Masc | Séries    |
| 17:55                            | Peso (4 kg)    | Fem  |           |
| 18:00                            | 3.000 m Marcha | Fem  |           |
| 18:10                            | Comprimento    | Masc |           |
| 18:25                            | 400 m          | Fem  | Séries    |
| 18:40                            | 400 m          | Masc | Séries    |
| 19:00                            | 60 m           | Fem  | Final     |
| 19:10                            | 60 m           | Masc | Final     |

| Domingo - 26 de Fevereiro de 2017 |                 |      |           |
|-----------------------------------|-----------------|------|-----------|
| 09:15                             | Triplo          | Fem  |           |
| 09:30                             | 3.000 m         | Fem  | Séries    |
| 09:45                             | Peso (7,260 kg) | Masc |           |
| 09:50                             | 3.000 m         | Masc | Séries    |
| 10:00                             | Vara            | Fem  |           |
| 10:05                             | 200 m           | Fem  | Séries    |
| 10:25                             | 200 m           | Masc | Séries    |
| 10:45                             | 60 m bar (1,06) | Masc | 1/2 Final |
| 10:55                             | Altura          | Masc |           |
| 11:00                             | Triplo          | Masc |           |
| 11:05                             | 60 m bar (0,84) | Fem  | 1/2 Final |
| 11:25                             | 800 m           | Fem  | Séries    |
| 11:45                             | 800 m           | Masc | Séries    |
| 12:05                             | 60 m bar (0,84) | Fem  | Final     |
| 12:15                             | 60 m bar (1,06) | Masc | Final     |
| 12:25                             | 4 x 200 m       | Fem  | Séries    |
| 12:45                             | 4 x 200 m       | Masc | Séries    |

| MODO DE PROGRESSÃO DAS FASQUIAS | <b>Subidas das<br/>fasquias alteradas</b>              |
|---------------------------------|--|
| Altura (Fem)                    | 1,54 (+4) -->1,66 (+3) -->1,78 (+2)                    |
| Altura (Masc)                   | 1,86 (+4) --> 1,98(+3) --> 2,22 (+2)                   |
| Vara (Fem)                      | 2,62 (+15) --> 3,07 (+12) --> 3,55 (+10) --> 3,95 (+7) |
| Vara (Masc)                     | 3,75 (+20) --> 4,35 (+15) --> 4,95 (+10) --> 5,35 (+5) |

| MARCAS DE QUALIFICAÇÃO        |   |   |
|-------------------------------|---|---|
| Provas                        | Masc                                    | Fem                                     |
| 60 m                          | 7,0 / 7,24<br>11,0 / 11,24 (100m)       | 8,1 / 8,34<br>12,7 / 12,94 (100m)       |
| 200 m                         | 23,0 / 23,24<br>22,4 / 22,64 (ar livre) | 27,8 / 28,04<br>26,0 / 26,24 (ar livre) |
| 400 m                         | 51,6 / 51,74<br>51,5 / 51,64 (ar livre) | 62,3 / 62,44<br>61,0 / 61,14 (ar livre) |
| 800 m                         | 2 02,00<br>1 58,00 (ar livre)           | 2 25,00<br>2 22,00 (ar livre)           |
| 1 500 m                       | 4 12,00<br>4 05,00 (ar livre)           | 5 08,00                                 |
| 3 000 m                       | 8 58,00<br>8 40,00 (ar livre)           | 10 45,00<br>10 35,00 (ar livre)         |
| 60 m bar (1,00m) / (0,84m)    | 8,8 / 9,04<br>16,1 / 16,34 (110 m bar)  | 9,6 / 9,84<br>16,5 / 16,74 (100 m bar)  |
| 5 000 m Marcha/3 000 m Marcha | 25 00,00                                | 16 00,00                                |
| Altura                        | 1,90                                    | 1,58                                    |
| Vara                          | 3,85                                    | 2,75                                    |
| Comprimento                   | 6,65                                    | 5,35                                    |
| Triplo Salto                  | 13,50                                   | 10,90                                   |
| Peso (6kg) / (4kg)            | 12,00                                   | 10,60                                   |
| 4X200 m                       | s/m qual (4x200)                        | s/m qual (4x200 m)                      |

# Horário de Câmara de Chamada

Sábado - 25 de Fevereiro de 2017

| Horário da prova | Prova          | Sexo | Tipo      | Hora limite da confirmação | Horário de apresentação na Câmara de Chamada | Horário de entrada na Pista |
|------------------|----------------|------|-----------|----------------------------|--|-----------------------------|
| 16:00            | 60 m           | Fem  | Elim.     | 15:00                      | 15:35 - 15:45                                | 15:50                       |
| 16:20            | 60 m           | Masc | Elim.     | 15:20                      | 15:55 - 16:05                                | 16:10                       |
| 16:45            | 5.000 m Marcha | Masc |           | 16:00                      | 16:20 - 16:30                                | 16:35                       |
| 16:50            | Comprimento    | Fem  |           | 15:50                      | 16:05 - 16:15                                | 16:20                       |
| 16:55            | Vara           | Masc |           | 15:25                      | 15:40 - 15:50                                | 15:55                       |
| 17:00            | Altura         | Fem  |           | 15:45                      | 16:15 - 16:25                                | 16:30                       |
| 17:15            | 60 m           | Fem  | 1/2 Final | -- --                      | 16:50 - 17:00                                | 17:05                       |
| 17:25            | 60 m           | Masc | 1/2 Final | -- --                      | 17:00 - 17:10                                | 17:15                       |
| 17:35            | 1.500 m        | Fem  | Séries    | 16:50                      | 17:10 - 17:20                                | 17:25                       |
| 17:45            | 1.500 m        | Masc | Séries    | 17:00                      | 17:20 - 17:30                                | 17:35                       |
| 17:55            | Peso (4 kg)    | Fem  |           | 16:55                      | 17:10 - 17:20                                | 17:25                       |
| 18:00            | 3.000 m Marcha | Fem  |           | 17:15                      | 17:35 - 17:45                                | 17:50                       |
| 18:10            | Comprimento    | Masc |           | 17:10                      | 17:25 - 17:35                                | 17:40                       |
| 18:25            | 400 m          | Fem  | Séries    | 17:25                      | 18:00 - 18:10                                | 18:15                       |
| 18:40            | 400 m          | Masc | Séries    | 17:40                      | 18:15 - 18:25                                | 18:30                       |
| 19:00            | 60 m           | Fem  | Final     | 18:00                      | 18:35 - 18:45                                | 18:50                       |
| 19:10            | 60 m           | Masc | Final     | 18:10                      | 18:45 - 18:55                                | 19:00                       |

Domingo - 26 de Fevereiro de 2017

| Horário da prova | Prova           | Sexo | Tipo      | Hora limite da confirmação | Horário de apresentação na Câmara de Chamada | Horário de entrada na Pista |
|------------------|-----------------|------|-----------|----------------------------|--|-----------------------------|
| 09:15            | Triplo          | Fem  |           | 08:15                      | 08:30 - 08:40                                | 08:45                       |
| 09:30            | 3.000 m         | Fem  | Séries    | 08:45                      | 09:05 - 09:15                                | 09:20                       |
| 09:45            | Peso (7,260 kg) | Masc |           | 08:45                      | 09:00 - 09:10                                | 09:15                       |
| 09:50            | 3.000 m         | Masc | Séries    | 09:05                      | 09:25 - 09:35                                | 09:40                       |
| 10:00            | Vara            | Fem  |           | 08:30                      | 08:45 - 08:55                                | 09:00                       |
| 10:05            | 200 m           | Fem  | Séries    | 09:20                      | 09:40 - 09:50                                | 09:55                       |
| 10:25            | 200 m           | Masc | Séries    | 09:40                      | 10:00 - 10:10                                | 10:15                       |
| 10:45            | 60 m bar (1,06) | Masc | 1/2 Final | 09:45                      | 10:20 - 10:30                                | 10:35                       |
| 10:55            | Altura          | Masc |           | 09:40                      | 10:10 - 10:20                                | 10:25                       |
| 11:00            | Triplo          | Masc |           | 10:00                      | 10:15 - 10:25                                | 10:30                       |
| 11:05            | 60 m bar (0,84) | Fem  | 1/2 Final | 10:05                      | 10:40 - 10:50                                | 10:55                       |
| 11:25            | 800 m           | Fem  | Séries    | 10:40                      | 11:00 - 11:10                                | 11:15                       |
| 11:45            | 800 m           | Masc | Séries    | 11:00                      | 11:20 - 11:30                                | 11:35                       |
| 12:05            | 60 m bar (0,84) | Fem  | Final     | -- --                      | 11:40 - 11:50                                | 11:55                       |
| 12:15            | 60 m bar (1,06) | Masc | Final     | -- --                      | 11:50 - 12:00                                | 12:05                       |
| 12:25            | 4 x 200 m       | Fem  | Séries    | 11:40                      | 12:00 - 12:10                                | 12:15                       |
| 12:45            | 4 x 200 m       | Masc | Séries    | 12:00                      | 12:20 - 12:30                                | 12:35                       |