

## **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 Congénere;
- b) Sejam estrangeiros e estejam filiados numa Associação Distrital;
- c) Sejam Portugueses e estejam filiados no INATEL;
- d) Sejam estrangeiros e filiados numa Federação Congénere, 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 -

Sábado - 3 de Março de 2018			
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 - 4 de Março de 2018			
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	
Altura (Fem)	1,46 (+5) --> 1,61 (+3) --> 1,73 (+2)
Altura (Masc)	1,76 (+6) --> 1,88(+4) --> 2,00 (+3) --> 2,12 (+2)
Vara (Fem)	2,05 (+25) --> 2,80 (+15) --> 3,40(+10) --> 3,80 (+5)
Vara (Masc)	3,05 (+25) --> 3,30 (+15) --> 4,05 (+10) --> 4,65 (+5)

MARCAS DE QUALIFICAÇÃO		
Provas	Masc	Fem
60 m	7,20 11,10 (100m)	8,20 12,90 (100m)
200 m	23,10 22,60 (ar livre)	27,40 26,40 (ar livre)
400 m	51,50 50,50 (ar livre)	62,20 61,00 (ar livre)
800 m	2 01,00 1 57,00 (ar livre)	2 26,00 2 23,00 (ar livre)
1 500 m	4 12,00 4 05,00 (ar livre)	5 05,00
3 000 m	8 58,00 8 40,00 (ar livre)	10 55,00 10 45,00 (ar livre)
60 m bar (1,00m) / (0,84m)	9,20 16,70 (110 m bar)	9,80 16,50 (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)	11,80	10,60
4X200 m	s/m qual (4x200)	s/m qual (4x200 m)

# Horário de Câmara de Chamada

Sábado - 3 de Março de 2018

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 - 4 de Março de 2018

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