

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 400 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 - 2 de Março de 2019			
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	Final
17:25	60 m	Masc	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

Domingo - 3 de Março de 2019			
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	
10:15	60 m bar (1,06)	Masc	Elim.
10:35	60 m bar (0,84)	Fem	Elim.
10:55	Altura	Masc	
10:55	800 m	Fem	Séries
11:05	Triplo	Masc	
11:15	800 m	Masc	Séries
11:35	60 m bar (0,84)	Fem	Final
11:50	60 m bar (1,06)	Masc	Final
12:00	4x400 m	Fem	Séries
12:20	4x400 m	Masc	Séries

MODO DE PROGRESSÃO DAS FASQUIAS	
Altura (Fem)	1,49 (+4) --> 1,65 (+3) --> 1,71 (+2)
Altura (Masc)	1,83 (+4) --> 2,03 (+3) --> 2,09 (+2)
Vara (Fem)	2,40 (+20) --> 3,00 (+15) --> 3,75(+10)
Vara (Masc)	3,50 (+20) --> 4,10 (+15) --> 4,40 (+12) --> 5,00 (+10)

MARCAS DE QUALIFICAÇÃO		
Provas	Masc	Fem
60 m	7,20 11,10 (100m)	8,20 12,90 (100m)
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)	4 57,00 4 50,00 (ar livre)
3 000 m	8 58,00 8 40,00 (ar livre)	10 55,00 10 45,00 (ar livre)
60 m bar (1,06m) / (0,84m)	9,20 16,70 (110 m bar)	9,80 16,50 (100 m bar)
5 000 m Marcha/3 000 m Marcha	24 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 (7,260kg) / (4kg)	11,80	10,60
4X400 m	s/m qual	s/m qual

Horário de Câmara de Chamada

Sábado - 2 de Março de 2019

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	Final	16:15	16:50 - 17:00	17:05
17:25	60 m	Masc	Final	16:25	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 - 3 de Março de 2019

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
10:15	60 m bar (1,06)	Masc	Elim.	09:15	09:50 - 10:00	10:05
10:35	60 m bar (0,84)	Fem	Elim.	09:35	10:10 - 10:20	10:25
10:55	Altura	Masc		09:40	10:10 - 10:20	10:25
10:55	800 m	Fem	Séries	10:10	10:30 - 10:40	10:45
11:05	Triplo	Masc		10:05	10:20 - 10:30	10:35
11:15	800 m	Masc	Séries	10:30	10:50 - 11:00	11:05
11:35	60 m bar (0,84)	Fem	Final	10:35	11:10 - 11:20	11:25
11:50	60 m bar (1,06)	Masc	Final	10:50	11:25 - 11:35	11:40
12:00	4x400 m	Fem	Séries	11:15	11:35 - 11:45	11:50
12:20	4x400 m	Masc	Séries	11:35	11:55 - 12:05	12:10