

TORNEIO NACIONAL ATLETA COMPLETO

02.03 JULHO 2022

Maia e Elvas

A. NORMAS GERAIS

1. O Torneio Atleta Completo é uma competição aberta, destinada a atletas dos escalões de Sub-14, Sub-16 e Sub-18 que se desenvolve em fases de âmbito local, distrital e/ou regional, culminando com uma Final Nacional para os escalões de Sub-16 e Sub-18.
2. A Final Nacional do Torneio “Atleta Completo” realiza-se nas duas Pistas de Atletismo escolhidas para o efeito, sendo as 20 seleções distribuídas em igual número por estas duas pistas seguintes:
 - a) **Maia:** Açores, Aveiro, Braga, Bragança, Coimbra, Madeira, Porto, Viana do Castelo, Vila Real, Viseu;
 - b) **Elvas:** Algarve, Beja, Castelo Branco, Évora, Guarda, Leiria, Lisboa, Portalegre, Santarém, Setúbal;
3. Cada seleção será constituída no máximo por quatro atletas (1 sub-18 e 1 sub-16, em cada género).
4. As deslocações, alojamentos e refeições serão da responsabilidade das Associações, sendo comparticipadas pela FPA, de acordo com os critérios em vigor.
5. Para o apuramento da comparticipação das despesas, a Federação considerará no máximo dois acompanhantes (Dirigentes / técnicos) por seleção.
6. Será elaborada uma Classificação Nacional de Clubes do Atleta Completo, sendo da responsabilidade de cada Associação remeter para a área Juvenil da FPA / José Costa (jcosta@fpatletismo.pt) o somatório dos pontos de cada Clube ou Escola participante na final distrital, ou o comunicado de resultados respetivo.
7. Esta Classificação Nacional de Clubes, será encontrada somando as pontuações do atleta melhor classificado de cada clube ou escola, em cada escalão (sub-14, Sub-16 e Sub-18).
8. A FPA pretende divulgar esta Classificação durante a semana que antecede a Final Nacional.
9. Os troféus aos 3 clubes melhores classificados, serão entregues durante a realização da final nacional do Torneio Atleta Completo.

B. REGULAMENTO TÉCNICO

1. O Torneio “Atleta Completo” é uma competição de provas combinadas, sendo o Programa de cada escalão constituído pelas seguintes disciplinas:
 - a. **Sub-14 Masculinos**
Pentatlo: 60m, Comprimento + 60m Barreiras, Peso (3 Kg), 1.000m.
 - b. **Sub-16 Masculinos**
Heptatlo: 80m, Comprimento, Dardo (600g) + 100m Barreiras, Peso (4 Kg), Altura, 1.000m.
 - c. **Sub-18 Masculinos**
Octatlo: 100m, Comprimento, Peso (5Kg), 300 metros + 110m Barreiras, Altura, Dardo (700 g), 1.000m.
 - d. **Sub-14 Femininos**
Pentatlo: 60m, Peso (2 Kg) + 60m Barreiras, Comprimento, 1.000m.
 - e. **Sub-16 Femininos**
Heptatlo: 80m Barreiras, Dardo (500g), Altura + 80m, Comprimento, Peso (3 Kg), 800m.
 - f. **Sub-18 Femininos**
Heptatlo: 100m Barreiras, Altura, Peso (3 Kg), 200m + Comprimento, Dardo (600g), 800m.
2. Neste torneio haverá classificação individual única por escalão, encontrada através do somatório dos pontos obtidos pelos atletas, em cada uma das provas e tomando em consideração a competição em cada uma das pistas.
3. Haverá igualmente uma classificação coletiva nacional encontrada através do somatório dos pontos de todos os atletas de cada seleção.

C. INSCRIÇÕES

1.2. Inscrições Preliminares

- a) As inscrições das Seleções Distritais / Regionais, para a final nacional, deverão ser feitas pelas Associações de Atletismo na Plataforma FPACompetições em <https://fpacompeticoes.pt/> até às 23:59 horas do dia 27 de junho.
- b) Qualquer alteração de atletas em relação à inscrição inicial, deverá ser realizada, no secretariado técnico a funcionar na Pista, no próprio dia da competição, até 01h30 antes da 1ª prova.
- c) As inscrições deverão indicar a melhor marca de cada atleta realizada no ano de 2022 ou de 2021, nas provas de Velocidade e Barreiras, para seriação dos atletas nestas corridas.

1.3. Confirmação das Inscrições

- a) As confirmações serão realizadas on-line e estarão disponíveis entre as 19:00 horas do dia 01 de julho, sexta-feira e 90 minutos antes do início da primeira prova, de cada escalão em <https://fpacompeticoes.pt/> sendo necessário que cada associação faça o seu login para o efeito.
- b) As associações que não possuem as credenciais de acesso a esta plataforma deverão solicitá-las.

D. PROGRAMA-HORÁRIO E HORÁRIO DE CÂMARA DE CHAMADA

Maia e Elvas

Sábado - 2 de Julho de 2022						
Horas	Prova	Género		Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na Câmara de Chamada	Horário de entrada na Pista
16:00	100 m bar (0,76)	SUB-18- F	HEP	14:30	15:35 - 15:45	15:50
16:15	80 m bar (0,76)	SUB-16 - F	HEP	14:45	15:50 - 16:00	16:05
16:30	100 m	SUB-18 - M	OCT	15:00	16:05 - 16:15	16:20
16:30	Altura	SUB-18 - F	HEP	---	---	---
16:55	80 m	SUB-16 - M	HEP	15:25	16:30 - 16:40	16:45
17:00	Dardo (500 g)	SUB-16 - F	HEP	---	---	---
17:00	Comprimento	SUB-18- M	OCT	---	---	---
17:55	Comprimento	SUB-16 - M	HEP	---	---	---
17:55	Altura	SUB-16 - F	HEP	---	---	---
17:55	Peso (3 Kg)	SUB-18 - F	HEP	---	---	---
18:20	Peso (5 Kg)	SUB-18 - M	OCT	---	---	---
18:40	Dardo (600 g)	SUB-16 - M	HEP	---	---	---
18:55	200 m	SUB-18 - F	HEP	---	---	---
19:10	300 m	SUB-18- M	OCT	---	---	---

Domingo - 3 de Julho de 2022						
Horas	Prova	Género		Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na Câmara de Chamada	Horário de entrada na Pista
09:30	110 m bar (0,91)	SUB-18- M	OCT	08:00	09:05 - 09:15	09:20
09:30	Comprimento	SUB-18 - F	HEP	08:00	08:45 - 08:55	09:00
09:45	100 m bar (0,84)	SUB-16 - M	HEP	08:15	09:20 - 09:30	09:35
10:00	80 m	SUB-16 - F	HEP	08:30	09:35 - 09:45	09:50
10:00	Altura	SUB-18 - M	OCT	---	---	---
10:25	Peso (4 Kg)	SUB-16 - M	HEP	---	---	---
10:35	Comprimento	SUB-16 - F	HEP	---	---	---
10:30	Dardo (600 g)	SUB-18 - F	HEP	---	---	---

11:15	Altura	SUB-16- M	HEP	---	----	----	----
11:30	Dardo (700 g)	SUB-18- M	OCT	---	----	----	----
11:40	Peso (3 Kg)	SUB-16- F	HEP	---	----	----	----
12:00	800 m	SUB-18- F	HEP	---	----	----	----
12:40	800 m	SUB-16- F	HEP	---	----	----	----
12:55	1 000 m	SUB-18- M	OCT	---	----	----	----
13:05	1 000 m	SUB-16- M	HEP	---	----	----	----

No Salto em Altura a fasquia terá implementos de 4 em 4 cm, tendo como valores iniciais os seguintes:

Sub-18 Masculinos - 1,46m

Sub-18 Femininos - 1,28m

Sub-16 Masculinos - 1,39m

Sub-16 Femininos - 1,21m