

38º CAMPEONATO NACIONAL DE MARCHA EM ESTRADA – 20 KM, SUB-18 E SUB-20

BUARCOS (Figueira da Foz), 12 de março de 2023

NOTA INTRODUTÓRIA

Dando sequência à calendarização das atividades para a época de 2023, vai a Federação Portuguesa de Atletismo, com a colaboração da Associação Distrital de Atletismo do Coimbra levar a efeito no dia 12 de março o Campeonato Nacional de Marcha em Estrada, para o escalão de sub-20, sub-18 e de 20km para os escalões absolutos e sub-23.

Realizam-se simultaneamente os **Campeonatos Nacionais de Veteranos** com Regulamento próprio.

Realiza-se ainda o "**Torneio Nacional Marchador Jovem Luís Sousa**" cujas inscrições serão efetuadas na Plataforma FPACompetições da Associação Distrital de Atletismo de Coimbra na seguinte ligação: <https://fpacompeticoes.pt/>

1. PROGRAMA HORÁRIO

| Hora | Distância | Escalão | Género | Observações |
|-------|-----------|-------------|------------|----------------------------------|
| 09h15 | 20 km | Absolutos | Feminino | Campeonato Nacional |
| 09h15 | 10 km | Sub-20 | Feminino | Campeonato Nacional |
| 09h30 | 20 km | Absolutos | Masculino | Campeonato Nacional |
| 09h30 | 10 km | Sub-20 | Masculino | Campeonato Nacional |
| 10h15 | 5 km | Sub-18 | Feminino | Campeonato Nacional |
| 10h15 | 10 km | Veteranos | Feminino | Campeonato Nacional de Veteranos |
| 10h30 | 10 km | Sub-18 | Masculino | Campeonato Nacional |
| 10h30 | 10 km | Veteranos | Masculino | Campeonato Nacional de Veteranos |
| 11h10 | 4 km | Sub-16 | Fem./Masc. | Torneio Nacional Marchador Jovem |
| 11h40 | 3 km | Sub-14 | Fem./Masc. | Torneio Nacional Marchador Jovem |
| 12h00 | 500m | Benjamins B | Fem./Masc. | Promoção/Demonstração |

2. NORMAS REGULAMENTARES

- 2.1. No Campeonato Nacional de 20km poderão participar atletas masculinos e femininos dos escalões de sub-23 e seniores (incluindo veteranos);
- 2.2. No Campeonato Nacional de sub-18 e sub-20 só poderão participar atletas do respetivo escalão etário;
- 2.3. Em ambos os casos, a participação de atletas terá de se enquadrar numa das seguintes

situações:

- 2.3.1. Sejam portugueses e estejam filiados numa Associação Distrital ou numa Federação Estrangeira Congénere;
- 2.3.2. Sejam portugueses e estejam filiados numa Associação Distrital ou numa Federação Estrangeira Congénere;
- 2.3.3. Sejam estrangeiros e estejam filiados numa Associação Distrital;
- 2.3.4. Sejam estrangeiros e filiados numa Federação Congénere, e tenham obtido autorização expressa da FPA para participar nesta Competição;
- 2.3.5. Os atletas abrangidos pelos pontos 2.2.2 e 2.2.3 não terão direito quer ao título de campeão individual quer aos respetivos lugares de honra.

3. INSCRIÇÕES

3.1. Inscrições Preliminares

- 3.1.1. As inscrições deverão ser feitas pelos clubes ou atletas individuais através da plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> impreterivelmente até às 23:59 horas da segunda-feira, dia 6 de março, de forma a ser efetuada a admissão de atletas.
- 3.1.2. Inscrições de atletas filiados numa Federação estrangeira serão enviadas para a FPA via Federação Membro da World Athletics;

4. POSTOS DE ABASTECIMENTO E DE REFRESCAMENTO

- 4.1. A organização providenciará postos de abastecimento e refrescamento de acordo com as regras da World Athletics, podendo os participantes utilizar abastecimentos pessoais.

5. CLASSIFICAÇÕES

- 5.1. Neste campeonato haverá classificação individual e coletiva;
 - 5.1.1. Para a classificação coletiva destes Campeonatos Nacionais serão considerados os três (3) primeiros atletas de cada equipa, podendo apenas pontuar um (1) atleta estrangeiro por clube (ver regra dos estrangeiros no Regulamento Geral de Competições).
 - 5.1.2. Não será realizado nenhum ajuste nas pontuações das equipas em relação aos membros das equipas que não pontuam ou aos atletas que participam individualmente.
 - 5.1.3. Definida a pontuação das equipas, estas serão seriadas por ordem crescente do total de pontos obtidos.

5.1.4. Em caso de empate pontual, sairá vencedora a equipa cujo terceiro elemento esteja melhor classificado.

6. PRÉMIOS

- 6.1. Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados dos escalões absoluto, sub-18, sub-20 e sub-23;
- 6.2. Serão atribuídos troféus às três melhores equipas em cada distância e género.

7. MARCAS DE QUALIFICAÇÃO

| MARCAS DE QUALIFICAÇÃO - Campeonato Nacional de Marcha em Estrada | | | | | | | | |
|---|------------------------------|-------|---------|---------|---------------------------|---------------------------|-----------|-----------|
| Provas | Juvenis | | Juniões | | Seniores | | Veteranos | |
| | Masc | Fem | Masc | Fem | Masc | Fem | Masc | Fem |
| 5 km | ---- | 38:00 | ---- | ---- | ---- | ---- | ---- | s/ m qual |
| 10 km | 1:06:00 32:00 (5.000m) | ---- | 59:00 | 1:10:00 | ---- | 1:08:00 | s/ m qual | ---- |
| 20 km | | | | | 2:00:00 1:35:00 (15km) | 2:10:00 1:45:00 (15km) | | |

7.1. Período de Qualificação

7.1.1. Para as Marcas de Qualificação, serão aceites para efeito de inscrição nestes campeonatos marcas obtidas entre 1 de novembro de 2021 e até ao domingo anterior à competição.