



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO

# **REGULAMENTO**

## **Campeonatos Nacionais de Marcha em Estrada**

**Seniores 35km**

**Veteranos 20km**

**12 de janeiro de 2025**

## **CAMPEONATOS NACIONAIS DE MARCHA EM ESTRADA – 35 KM CAMPEONATOS NACIONAIS DE MARCHA EM ESTRADA DE VETERANOS - 20 KM**

Lagoa, 12 de janeiro de 2025

### **NOTA INTRODUTÓRIA**

Dando sequência à calendarização das atividades para a época de 2025, vai a Federação Portuguesa de Atletismo, com a colaboração da Associação de Atletismo do Algarve e do Município de Lagoa, levar a efeito, no dia 12 de janeiro, o Campeonato Nacional de Marcha em Estrada de 35km para os escalões absolutos em ambos os géneros.

Realizam-se simultaneamente os Campeonatos Nacionais de Veteranos de Marcha na distância de 20 km e os Campeonatos Regionais do Algarve ambos com regulamento próprio.

### **1. PROGRAMA HORÁRIO**

Hora	Distancia	Escalão	Género	Observações
8h45	35km	Absolutos	Masculinos	Campeonato Nacional
8h45	35km	Absolutos	Femininos	Campeonato Nacional
8h45	20km	Veteranos	Masculinos	Campeonato Nacional Veteranos
8h45	20km	Veteranos	Femininos	Campeonato Nacional Veteranos
9h00	15km	Absolutos	Masculinos	Prova Extra
9h00	15km	Absolutos	Femininos	Prova Extra
9h00	10km	Absolutos/Sub-20	Masculinos	Prova Extra
9h00	10km	Absolutos/Sub-20	Femininos	Prova Extra
10h00	5km	Absolutos/Sub-20/Sub-18	Masculinos	CR do Algarve/Prova Extra
10h00	5km	Absolutos/Sub-20/Sub-18	Femininos	CR do Algarve/Prova Extra
10h45	3km	Sub-16	Masculinos	CR do Algarve/Prova Extra
10h45	3km	Sub-16	Femininos	CR do Algarve/Prova Extra
11h10	2km	Sub-14	Masculinos	CR do Algarve/Prova Extra
11h10	2km	Sub-14	Femininos	CR do Algarve/Prova Extra
11h30	1km	Sub-12	Masculinos	CR do Algarve/Prova Extra
11h30	1km	Sub-12	Femininos	CR do Algarve/Prova Extra

### **2. NORMAS REGULAMENTARES**

2.1. No Campeonato Nacional de 35km poderão participar atletas masculinos e femininos dos escalões de sub-23 e seniores (incluindo veteranos);

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



2.2. Em ambos os casos, a participação de atletas terá de se enquadrar numa das seguintes situações:

- 2.2.1. Sejam portugueses e estejam filiados numa Associação Distrital/Regional ou numa Federação Estrangeira Congénere;
- 2.2.2. Sejam estrangeiros e estejam filiados numa Associação Distrital/Regional;
- 2.2.3. Sejam estrangeiros e filiados numa Federação Congénere, e tenham obtido autorização expressa da FPA para participar nesta Competição;
- 2.2.4. 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 janeiro, 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. Para poderem pontuar nos Campeonatos Nacionais de Marcha em Estrada, os atletas estrangeiros deverão ter sido inscritos até 30 de outubro.

5.1.3. Não será realizado nenhum ajuste nas pontuações das equipas em relação aos membros das equipas que não pontuam ou aos atletas que participam individualmente.

5.1.4. Definida a pontuação das equipas, estas serão seriadas por ordem crescente do total de pontos obtidos.

5.1.5. 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 e Sub-23;

6.2. Só têm direito ao título de campeão individual e respetivos lugares de honra, os Atletas com nacionalidade portuguesa, de acordo com o ponto 2.2.4 deste regulamento.

6.3. Serão atribuídos troféus às três melhores equipas em cada género.

## 7. MARCAS DE QUALIFICAÇÃO

MARCAS DE QUALIFICAÇÃO - Campeonato Nacional de Marcha em Estrada 35km		
Provas	Seniores	
	Masc	Fem
35 km	3:35:00	3:55:00
20 km	2:00:00	2:10:00

### 7.1. Período de Qualificação

7.1.1. Serão aceites, para efeito de inscrição nestes campeonatos, marcas obtidas entre 1 de janeiro de 2024 e até ao domingo anterior à competição.

## 8. CIRCUITO DA COMPETIÇÃO

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES







PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES







FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO

---

**MAIS Atletismo**