

CAMPEONATOS NACIONAIS DE ESPERANÇAS EM PISTA COBERTA

Pombal, 5 e 6 de março de 2022

1. PROGRAMA HORÁRIO

Sábado, 5 de março de 2022

Hora	Disciplina	Género	Observações
15:00	60m	Fem.	Eliminatórias
15:05	Comprimento	Masc.	
15:15	Altura	Fem.	
15:25	60m	Masc.	Eliminatórias
15:40	Vara	Masc.	
15:50	5.000m marcha	Masc.	
16:25	3.000m marcha	Fem.	
16:50	60m	Fem.	Final
17:00	60m	Masc.	Final
17:00	Comprimento	Fem.	
17:10	1.500m	Fem.	Séries
17:35	1.500m	Masc.	Séries
17:55	400m	Fem.	Séries
18:20	400m	Masc.	Séries

Domingo, 6 de março de 2022

Hora	Disciplina	Género	Observações
09:30	3.000m	Fem.	Séries
09:35	Triplo	Fem.	
09:40	Peso (7.26kg)	Masc.	
09:50	3.000m	Masc.	Séries
10:00	Vara	Fem.	
10:10	Altura	Masc.	
10:10	60m barr. (0.84)	Fem.	Eliminatórias
10:35	60m barr. (1.06)	Masc.	Eliminatórias
10:55	800m	Fem.	Séries
11:20	800m	Masc.	Séries
11:30	Triplo	Masc.	
11:35	Peso (4kg)	Fem.	
11:45	60m barr. (0.84)	Fem.	Final
11:55	60m barr. (1.06)	Masc.	Final
12:10	4x400m	Fem.	Séries
12:45	4x400m	Masc.	Séries

MODO DE PROGRESSÃO DAS FASQUIAS

Disciplina	Género	Progressão
Altura	Fem.	1,49 (+4) --> 1,61 (+3) --> 1,67 (+2)
Altura	Masc.	1,75 (+5) --> 1,85 (+4) --> 1,97 (+3) --> 2,06 (+2)
Vara	Fem.	2,40 (+15) --> 3,00 (+10) --> 3,40 (+5)
Vara	Masc.	3,40 (+20) --> 4,00 (+15) --> 4,60 (+10) --> 5,00 (+5)

2. NORMAS REGULAMENTARES

- 2.1. Poderão participar atletas masculinos e femininos, dos escalões de sub-20 e sub-23 que tenham obtido os resultados que se indicam na Tabela de Marcas de Qualificação que constam no ponto 9 deste regulamento, dentro do período estipulado e que se enquadrem numa das seguintes situações:
 - 2.1.1. Sejam Portugueses e estejam filiados numa Associação Distrital ou numa Federação Estrangeira Congénere;
 - 2.1.2. Sejam estrangeiros e estejam filiados numa Associação Distrital;
 - 2.1.3. Sejam estrangeiros filiados numa Federação Congénere, e tenham obtido autorização expressa da FPA para participar nesta Competição.
 - 2.1.4. Os atletas referidos em 2.1.2 e 2.1.3 não terão direito quer ao título de Campeão individual quer aos respetivos lugares de honra.
 - 2.1.5. Os atletas estrangeiros menores de 18 anos consideram-se, para este efeito, portugueses.
 - 2.1.6. A participação dos atletas estrangeiros, referidos no ponto 2.1.3 far-se-á nos seguintes termos:
 - 2.1.6.1. Em todas as corridas com eliminatórias, não têm acesso às finais;
 - 2.1.6.2. Em corridas de final direta e nos saltos verticais não há condicionamento de acesso à final;
 - 2.1.6.3. Nos restantes concursos não têm direito aos três ensaios finais exceto quando houver um número de atletas igual ou inferior a oito.
- 2.2. 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;
- 2.3. Nas estafetas apenas poderá participar uma equipa de cada clube;
 - 2.3.1. Não é permitida a inscrição de equipas de estafetas constituídas por atletas individuais ou por atletas de diferentes clubes;
- 2.4. As corridas de distância igual ou superior a 200 metros e as corridas de estafetas, serão disputadas por séries;
- 2.5. Os atletas Sub-20 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;
- 2.6. Os atletas poderão participar num máximo de três disciplinas, podendo participar no máximo em duas provas por dia.
 - 2.6.1. As Provas Combinadas são consideradas uma prova individual, pelo que tal deve ser tido em conta para os atletas que participaram no escalão de sub-23 do Campeonato Nacional disputado em 15 e 16 de janeiro.
- 2.7. Termo de Responsabilidade:
 - 2.7.1. A participação nestes Campeonatos é permitida aos atletas que assinem e entreguem um Termo de Responsabilidade Individual aquando do controlo de entrada no recinto da competição;

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 28 de fevereiro;
 - 3.1.2. Inscrições de atletas filiados numa Federação estrangeira serão enviadas para a FPA via Federação Membro da World Athletics;
 - 3.1.3. Cada atleta deverá ser inscrito apenas no número máximo de provas permitido pelo regulamento.

3.2. Confirmação das Inscrições

- 3.2.1. As confirmações serão realizadas on-line e estarão disponíveis entre as 19:00 horas do dia 4 de março, sexta-feira e 90 minutos antes do início de cada prova em <https://fpacompeticoes.pt/> sendo necessário que cada clube ou atleta faça o seu login para o efeito. Os atletas poderão também fazer a confirmação da sua prova através do seu número de documento de identificação
- 3.2.2. Os clubes que ainda não possuem as credenciais de acesso a esta plataforma deverão enviar os seguintes dados: sigla, nome e email do responsável do clube para fpacompeticoes@fpatletismo.pt.
- 3.2.3. Na confirmação on-line das estafetas será solicitada a ordem de participação dos atletas pelo que estes deverão ter sido inscritos previamente tal como para qualquer prova individual.

4. MODOS DE APURAMENTO

- 4.1. 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 World Athletics.

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.
 - 5.2.1. As classificações obtidas no Campeonato Nacional de Provas Combinadas, disputado em 15 e 16 de janeiro, também serão consideradas para este efeito.
- 5.3. Cada clube pode apresentar o número de atletas que desejar por disciplina, desde que sejam possuidores das 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 Artigo 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 2.1.6.
- 5.5. Não se aplica também o referido em 2.1.6. aos atletas estrangeiros referidos no RGC Artigo 6.2.
- 5.6. Os atletas menores de 18 anos não serão considerados, para este efeito, estrangeiros.
- 5.7. A soma dos pontos dos atletas de cada clube ditará a pontuação dos mesmos.
- 5.8. Nestes Campeonatos, a classificação coletiva só considerará os clubes que tenham apresentado 5 atletas com marcas de qualificação a participar.
- 5.9. Definida a pontuação das equipas, estas serão seriadas por ordem decrescente do total de pontos obtidos.
- 5.10. 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.

6. PRÉMIOS

6.1. Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados em cada disciplina e troféus às três equipas mais pontuadas.

7. CONTROLO DE ENGENHOS

- 7.1. A organização autoriza a utilização de engenhos pessoais, desde que homologados, os quais serão disponibilizados para utilização de todos os atletas.
- 7.2. Assim, os engenhos devem ser entregues na Câmara de Chamada para verificação até 1h 30m antes da hora marcada para o início da prova respetiva.
- 7.3. Os engenhos aprovados serão colocados na zona de lançamentos.
- 7.4. No final da prova os engenhos aprovados e utilizados na mesma, e os não aprovados, poderão ser levantados na Câmara de Chamada.

8. HORÁRIO DA CÂMARA DE CHAMADA:

Sábado, 5 de março de 2022

Hora	Disciplina	Género	Tipo	Hora Limite Confirmação	Apresentação Câmara de Chamada		Entrada na Pista
					Primeira Chamada	Última Chamada	
15:00	60m	Fem.	Eliminatórias	13:30	14:35	14:45	14:50
15:05	Comprimento	Masc.		13:35	14:20	14:30	14:35
15:15	Altura	Fem.		13:45	14:30	14:40	14:45
15:25	60m	Masc.	Eliminatórias	13:55	15:00	15:10	15:15
15:40	Vara	Masc.		14:10	14:25	14:35	14:40
15:50	5.000m marcha	Masc.		14:20	15:25	15:35	15:40
16:25	3.000m marcha	Fem.		14:55	16:00	16:10	16:15
16:50	60m	Fem.	Final	---	16:25	16:35	16:40
17:00	60m	Masc.	Final	---	16:35	16:45	16:50
17:00	Comprimento	Fem.		15:30	16:15	16:25	16:30
17:10	1.500m	Fem.	Séries	15:40	16:45	16:55	17:00
17:35	1.500m	Masc.	Séries	16:05	17:10	17:20	17:25
17:55	400m	Fem.	Séries	16:25	17:30	17:40	17:45
18:20	400m	Masc.	Séries	16:50	17:55	18:05	18:10

Domingo, 6 de março de 2022

Hora	Disciplina	Género	Observações	Hora Limite Confirmação	Apresentação Câmara de Chamada		Entrada na Pista
					Primeira Chamada	Última Chamada	
09:30	3.000m	Fem.	Séries	08:00	09:05	09:15	09:20
09:35	Triplo	Fem.		08:05	08:50	09:00	09:05
09:40	Peso (7.26kg)	Masc.		08:10	08:55	09:05	09:10
09:50	3.000 m	Masc.	Séries	08:20	09:25	09:35	09:40
10:00	Vara	Fem.		08:30	08:45	08:55	09:00
10:10	Altura	Masc.		08:40	09:25	09:35	09:40
10:10	60m barr. (0.84)	Fem.	Eliminatórias	08:40	09:45	09:55	10:00
10:35	60m barr. (1.06)	Masc.	Eliminatórias	09:05	10:10	10:20	10:25
10:55	800m	Fem.	Séries	09:25	10:30	10:40	10:45
11:20	800m	Masc.	Séries	09:50	10:55	11:05	11:10

11:30	Triplo	Masc.		10:00	10:45	10:55	11:00
11:35	Peso (4kg)	Fem.		10:05	10:50	11:00	11:05
11:45	60m barr. (0.84)	Fem.	Final	---	11:20	11:30	11:35
11:55	60m barr. (1.06)	Masc.	Final	---	11:30	11:40	11:45
12:10	4x400m	Fem.	Séries	10:40	11:45	11:55	12:00
12:45	4x400m	Masc.	Séries	11:15	12:20	12:30	12:35

9. SISTEMA DE QUALIFICAÇÃO

9.1. PERÍODO DE QUALIFICAÇÃO

9.1.1. Serão aceites para efeito de inscrição neste campeonato marcas obtidas entre 1 de novembro de 2020 e 13 de fevereiro de 2022;

9.2. TABELA DE MARCAS DE QUALIFICAÇÃO

DISCIPLINAS	MASCULINOS	FEMININOS
60m	7.25	8.05
	11.10 (100m)	12.54 (100m)
400m	51.50 (pc)	61.20 (pc)
	50.30 (ar livre)	59.30 (ar livre)
800m	1:56.00	2:20.00
1.500m	3:58.00	4:40.00
3.000m	8:30.00	10:30.00
60m barreiras	8.90	9.50
	16.60 (110m b)	16.00 (100m b)
Altura	1,90	1,58
Vara	4,00	2,70
Comprimento	7,00	5,55
Triplo	13,70	11,45
Peso	11,50 (7.26 kg)	11,00 (4 kg)
	13,00 (6 kg)	
3.000m marcha	24:00.00	16:00.00
5.000m marcha		
4x400m	s/ mínimos	s/ mínimos

9.3. ACESSO EXTRAORDINÁRIO

9.3.1. Poderão ainda ser aceites excepcionalmente nestes campeonatos atletas portugueses ou estrangeiros sem as Marcas de Inscrição definidas em 9.2.

9.3.2. Estes atletas admitidos em circunstâncias especiais ou omissas não serão considerados para efeitos de classificação coletiva.