

CAMPEONATOS DE PORTUGAL EM PISTA COBERTA E CAMPEONATO NACIONAL DE ESPERANÇAS EM PISTA COBERTA

1. NOTA INTRODUTÓRIA

Nos Campeonatos de Portugal Absolutos de Pista Coberta serão atribuídos os pódios do Campeonato Nacional de Sub-23 em Pista Coberta bem como os troféus coletivos às 3 melhores equipas.

2. NORMAS REGULAMENTARES

2.1- CAMPEONATO DE PORTUGAL ABSOLUTO

2.1.1- Poderão participar atletas masculinos e femininos dos escalões Júnior e Sénior que tenham obtido os resultados que se indicam na **Tabela de Marcas de Qualificação**, para os Campeonatos de Portugal em Pista Coberta, no prazo estipulado, e que se enquadrem numa das situações referidas a seguir:

- 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.

2.1.1.1- A participação dos atletas estrangeiros (RGC Artº 6.3) nestes Campeonatos far-se-á nos seguintes termos:

- a)** Em todas as corridas com eliminatórias, os atletas estrangeiros 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 os atletas estrangeiros não têm direito aos três ensaios finais exceto quando houver um número de atletas igual ou inferior a oito.
- d)** No caso de haver provas de qualificação nos concursos, os atletas estrangeiros não terão acesso à final.
- e)** Este artigo não se aplicará aos atletas cobertos pela regra 2.2.4.3 deste Regulamento.

2.1.2- Nestes Campeonatos haverá apenas classificação individual.

2.1.3- As classificações das Provas Combinadas serão apuradas com base na tabela internacional.

2.1.4 As corridas de distância igual ou superior a 200 metros serão disputadas por séries.

2.1.5- Os atletas do escalão Sénior poderão competir nas provas que desejarem, enquanto que os atletas do escalão Júnior e de Sub-23 só poderão participar em duas provas por dia, num máximo de três no conjunto dos dois dias.

2.1.5.1- Os atletas do escalão Júnior que participem em corridas de distância igual ou superior a 1.500m ou na prova de marcha, não poderão participar na prova de marcha ou noutra corrida nessa jornada, independentemente da ordem de participação nessas provas.

2.1.6- Se o atleta faltar a alguma das provas em que se inscreveu e confirmou a participação sem apresentar justificação prévia e válida, não será autorizado a participar nas restantes, de acordo com a Regra 142.4 da IAAF.

2.1.6.1- O apuramento para a final de uma prova, implica obrigatoriamente a participação nessa final.

Assim, um atleta que tenha sido apurado para uma final e que não compareça sem justificação prévia e válida, não será autorizado a participar em provas posteriores.

2.2- ATRIBUIÇÃO DOS TÍTULOS DE ESPERANÇAS

2.2.1- Aplicar-se-á aos atletas Esperanças (atletas Júniores com 18 e 19 anos e Seniores com 20, 21 e 22 anos a 31 de Dezembro do ano da competição) o estipulado no ponto 2.1 deste Regulamento com exceção do ponto 2.1.2.

2.2.2- As estafetas destinam-se aos atletas Esperanças e apenas poderá participar uma equipa de cada clube.

2.2.2.1- Não é permitida a inscrição de equipas de estafetas constituídas por atletas individuais, ou por atletas de diferentes clubes.

2.2.3- Os atletas Esperanças só poderão participar em duas provas por dia, num máximo de três no conjunto dos dois dias (já assinalado no ponto 2.1.5.).

2.2.4- Classificações

2.2.4.1- Existirá classificação individual e coletiva. Atribuir-se-ão medalhas aos 3 melhores atletas classificados do escalão de Esperanças em qualquer das finais realizadas ou caso não haja qualquer atleta do escalão na final, as medalhas serão atribuídas aos atletas que tenham obtido as melhores marcas na ronda anterior. Serão entregues taças às 3 melhores equipas classificadas em cada sexo.

2.2.4.2- 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.

2.2.4.3- Cada clube pode apresentar a quantidade 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.

2.2.4.4- Os atletas estrangeiros (RGC Artº 6.3) filiados na FPA, poderão pontuar para o seu clube, até um máximo de 2 por equipa, a eles não se aplicando o referido em 2.1.1.1. Não se aplica também o referido em 2.1.1.1. aos atletas estrangeiros referidos no RGC Artº 6.2.

2.2.4.5- A soma dos pontos dos atletas de cada clube ditará a pontuação dos mesmos.

2.2.4.6- Definida a pontuação das equipas, estas serão seriadas por ordem decrescente do total de pontos obtidos.

2.2.4.7- A classificação coletiva só considerará os clubes que tenham apresentado 5 atletas com mínimos a participar.

2.2.4.8- 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.

3. INSCRIÇÕES

3.1- Inscrições Preliminares

As inscrições deverão ser feitas pelos clubes ou atletas individuais nas respetivas Associações Distritais (ou via outra Federação Membro da IAAF no caso de atletas filiados numa Federação estrangeira e via INATEL no caso de atletas desta entidade) de modo que, uma vez verificadas as filiações e marcas indicadas, sejam enviadas à FPA até 9 dias antes da competição, com exceção das marcas obtidas no fim-de-semana anterior.

As inscrições deverão indicar, obrigatoriamente, e por atleta, o seu nome, a(s) prova(s) a que concorrerá, com as respetivas melhores marcas no período considerado, nº de licença federativa, o ano de nascimento e, caso seja estrangeiro, a respetiva nacionalidade. Os atletas estrangeiros menores de 18 anos nesta data, não serão considerados, para este efeito, estrangeiros.

Só serão consideradas as inscrições enviadas nos impressos próprios que se encontram à disposição dos interessados nas Associações Distritais de Atletismo ou em fotocópias destes.

3.2- 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.

Uma vez expirado o tempo atribuído para a confirmação de inscrição, proceder-se-á de imediato à elaboração das eliminatórias ou séries e sorteio de pistas nas corridas e da ordem de ensaio nos concursos.

4. MODOS DE APURAMENTO

Os modos de apuramento nas corridas com eliminatórias serão determinados pelos Delegados Técnicos com base no número de atletas que confirmem a sua participação e, sempre que possível, nas Regras da IAAF.

5. 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 pesos devem ser entregues na Câmara de Chamada para verificação até 2 horas antes da hora marcada para o início da prova respetiva.

Os pesos aprovados serão colocados na zona de lançamento.

No final da prova os pesos apresentados para homologação devem ser levantados na Câmara de Chamada.

Camp. Portugal Absolutos em Pista Coberta (inclui Campeonato Nacional de Esperanças)

Pombal - Expocentro

Sábado - 20 de Fevereiro de 2016			
14:00	60 m	Masc	Heptatlo
14:40	Altura	Fem	Final
14:40	Comprimento	Masc	Heptatlo
15:45	60 m	Fem	Elim.
16:00	Vara	Masc	Final
16:05	60 m	Masc	Elim.
16:05	Comprimento	Masc	Final
16:05	Peso (7,260 Kg)	Masc	Heptatlo
16:25	5000 m Marcha	Masc	Final
16:55	60 m	Fem	1/2 Final
17:05	60 m	Masc	1/2 Final
17:15	1500 m	Fem	Séries
17:15	Altura	Masc	Heptatlo
17:30	1500 m	Masc	Séries
17:45	3000 m Marcha	Fem	Final
17:45	Triplo	Fem	Final
18:00	Peso	Fem	Final
18:10	60 m	Fem	Final
18:20	60 m	Masc	Final
18:30	400 m	Fem	Séries
18:50	400 m	Masc	Séries
19:05	4X200 m (Sub-23)	Fem	Séries
19:15	4X200 m (Sub-23)	Masc	Séries

Domingo - 21 de Fevereiro de 2016			
10:00	60 m bar.	Masc	Heptatlo
10:30	60 m bar.	Fem	Pentatlo
10:50	Vara	Masc	Heptatlo
11:10	Altura	Fem	Pentatlo
11:30	Comprimento	Fem	Final
12:00	3000 m	Masc	Séries
12:20	3000 m	Fem	Séries

15:00	Peso (4 Kg)	Fem	Pentatlo
15:10	Altura	Masc	Final
15:25	60 m bar.	Fem	1/2 Final
15:30	Vara	Fem	Final
15:50	60 m bar.	Masc	1/2 Final
16:05	Comprimento	Fem	Pentatlo
16:10	200 m	Fem	Séries
16:30	200 m	Masc	Séries
16:50	1000 m	Masc	Heptatlo
16:55	Peso	Masc	Final
17:05	800 m	Fem	Séries
17:15	Triplo	Masc	Final
17:25	800 m	Masc	Séries
17:50	800 m	Fem	Pentatlo
18:05	60 m bar.	Masc	Final
18:20	60 m bar.	Fem	Final
18:35	4X400 m	Fem	Séries
18:50	4X400 m	Masc	Séries

MODO DE PROGRESSÃO DAS FASQUIAS	
Altura (Fem)	1,53 (+5) --> 1,68 (+4) --> 1,80 (+3) --> 1,86 (+2)
Altura (Masc)	1,84 (+6) --> 1,96 (+4) --> 2,04 (+3) --> 2,16 (2)
Vara (Fem)	2,45 (+30) --> 3,35 (+15) --> 3,80 (+10) --> 4,40 (+5)
Vara (Masc)	3,60 (+25) --> 4,35 (+20) --> 5,15 (+15) --> 5,45 (+5)

PROVAS COMBINADAS	
Altura (Fem)	a indicar
Altura (Masc)	a indicar
Vara (Masc)	a indicar

MARCAS DE QUALIFICAÇÃO	
	Camp Portugal
Heptatlo (Masc)	4.300 Heptatlo / 5.500 (Decatlo) / 3.200 (P. Técnico)
Pentatlo (Fem)	2.800 (Pentatlo) / 3.700 (Heptatlo) / 3.000 (P. Técnico)

Horário de Câmara de Chamada

Sábado - 20 de Fevereiro de 2016

Horário da prova	Prova	Sexo	Tipo	Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na Câmara de Chamada	Horário de entrada na Pista
14:00	60 m	Masc	Heptatlo	13:00	13:35 - 13:45	13:50
14:40	Altura	Fem	Final	13:25	13:55 - 14:05	14:10
14:40	Comprimento	Masc	Heptatlo	-- --	-- -- - -- --	-- --
15:45	60 m	Fem	Elim.	14:45	15:20 - 15:30	15:35
16:00	Vara	Masc	Final	14:30	14:45 - 14:55	15:00
16:05	60 m	Masc	Elim.	15:05	15:40 - 15:50	15:55
16:05	Comprimento	Masc	Final	15:05	15:20 - 15:30	15:35
16:05	Peso (7,260 Kg)	Masc	Heptatlo	-- --	-- -- - -- --	-- --
16:25	5000 m Marcha	Masc	Final	15:40	16:00 - 16:10	16:15
16:55	60 m	Fem	1/2 Final	-- --	16:30 - 16:40	16:45
17:05	60 m	Masc	1/2 Final	-- --	16:40 - 16:50	16:55
17:15	1500 m	Fem	Séries	16:30	16:50 - 17:00	17:05
17:15	Altura	Masc	Heptatlo	-- --	-- -- - -- --	-- --
17:30	1500 m	Masc	Séries	16:45	17:05 - 17:15	17:20
17:45	3000 m Marcha	Fem	Final	17:00	17:20 - 17:30	17:35
17:45	Triplo	Fem	Final	16:45	17:00 - 17:10	17:15
18:00	Peso	Fem	Final	17:00	17:15 - 17:25	17:30
18:10	60 m	Fem	Final	-- --	17:45 - 17:55	18:00
18:20	60 m	Masc	Final	-- --	17:55 - 18:05	18:10
18:30	400 m	Fem	Séries	17:30	18:05 - 18:15	18:20
18:50	400 m	Masc	Séries	17:50	18:25 - 18:35	18:40
19:05	4X200 m (Sub-23)	Fem	Séries	18:20	18:40 - 18:50	18:55
19:15	4X200 m (Sub-23)	Masc	Séries	18:30	18:50 - 19:00	19:05

Domingo - 21 de Fevereiro de 2016

Horário da prova	Prova	Sexo	Tipo	Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na Câmara de Chamada	Horário de entrada na Pista
10:00	60 m bar.	Masc	Heptatlo	09:00	09:35 - 09:45	09:50
10:30	60 m bar.	Fem	Pentatlo	09:30	10:05 - 10:15	10:20
10:50	Vara	Masc	Heptatlo	-- --	-- -- - -- --	-- --
11:10	Altura	Fem	Pentatlo	-- --	-- -- - -- --	-- --
11:30	Comprimento	Fem	Final	10:30	10:45 - 10:55	11:00
12:00	3000 m	Masc	Séries	11:15	11:35 - 11:45	11:50
12:20	3000 m	Fem	Séries	11:35	11:55 - 12:05	12:10
15:00	Peso (4 Kg)	Fem	Pentatlo	-- --	-- -- - -- --	-- --
15:10	Altura	Masc	Final	13:55	14:25 - 14:35	14:40
15:25	60 m bar.	Fem	1/2 Final	14:25	15:00 - 15:10	15:15
15:30	Vara	Fem	Final	14:00	14:15 - 14:25	14:30
15:50	60 m bar.	Masc	1/2 Final	14:50	15:25 - 15:35	15:40
16:05	Comprimento	Fem	Pentatlo	-- --	-- -- - -- --	-- --
16:10	200 m	Fem	Séries	15:10	15:45 - 15:55	16:00
16:30	200 m	Masc	Séries	15:30	16:05 - 16:15	16:20
16:50	1000 m	Masc	Heptatlo	-- --	-- -- - -- --	-- --
16:55	Peso	Masc	Final	15:55	16:10 - 16:20	16:25
17:05	800 m	Fem	Séries	16:20	16:40 - 16:50	16:55
17:15	Triplo	Masc	Final	16:15	16:30 - 16:40	16:45
17:25	800 m	Masc	Séries	16:40	17:00 - 17:10	17:15
17:50	800 m	Fem	Pentatlo	-- --	-- -- - -- --	-- --
18:05	60 m bar.	Masc	Final	-- --	17:40 - 17:50	17:55
18:20	60 m bar.	Fem	Final	-- --	17:55 - 18:05	18:10
18:35	4X400 m	Fem	Séries	17:50	18:10 - 18:20	18:25
18:50	4X400 m	Masc	Séries	18:05	18:25 - 18:35	18:40

MARCAS DE QUALIFICAÇÃO		Campeonato de Portugal		Esperanças	
Provas	Masc	Fem	Masc	Fem	
60 m	6,8 / 7,04 10,7 / 10,94 (100m)	7,8 / 8,04 12,4 / 12,64 (100m)	7,0 / 7,24 11,0 / 11,24 (100m)	8,1 / 8,34 12,7 / 12,94 (100m)	
200 m	22,7 / 22,94 22,2 / 22,44 (ar livre)	26,4 / 26,64 25,7 / 25,94 (ar livre)	23,0 / 23,24 22,4 / 22,64 (ar livre)	27,8 / 28,04 26,0 / 26,24 (ar livre)	
400 m	51,0 / 51,14 49,9 / 50,04 (ar livre)	61,0 / 61,14 59,9 / 60,04 (ar livre)	51,6 / 51,74 51,5 / 51,64 (ar livre)	62,3 / 62,44 61,0 / 61,14 (ar livre)	
800 m	1 57,00 1 56,00 (ar livre)	2 23,00 2 18,00 (ar livre)	2 02,00 1 58,00 (ar livre)	2 25,00 2 22,00 (ar livre)	
1 500 m	4 00,00 3 58,00 (ar livre)	4 48,00 4 40,00 (ar livre)	4 09,00 4 02,00 (ar livre)	4 57,00 4 50,00 (ar livre)	
3 000 m	8 40,00 8 35,00 (ar livre) 14 40,00 (5 000 m)	10 35,00 10 05,00 (ar livre) 17 30,00 (5 000 m)	8 58,00 8 40,00 (ar livre) 15 00,00 (5 000 m)	10 45,00 10 35,00 (ar livre) 18 00,00 (5 000 m)	
60 m bar (1,06m)	8,6 / 8,84 15,6 / 15,84 (110 m bar)	9,4 / 9,64 16,0 / 16,24 (100 m bar)	8,8 / 9,04 16,1 / 16,34 (110 m bar)	9,6 / 9,84 16,5 / 16,74 (100 m bar)	
5 000 m Marcha/3 000 m Marcha	23 30,00	15 30,00	24 00,00	16 00,00	
Altura	1,95	1,60	1,90	1,58	
Vara	4,25	3,00	3,85	2,75	
Comprimento	7,00	5,55	6,65	5,35	
Triplo Salto	14,10	11,50	13,50	10,90	
Peso (7,260kg)	13,80	11,30	11,60	10,80	
4X400 m	s/m qual	s/m qual	s/m qual (4x200)	s/m qual (4x200 m)	