

## ***TORNEIO NACIONAL DE PENTATLO TÉCNICO***

---

### **1. NOTA INTRODUTÓRIA**

O Torneio Nacional de Pentatlo Técnicos tem como objetivo proporcionar aos clubes vocacionados para áreas mais específicas da modalidade, uma competição de carácter coletivo, assim como estimular uma maior especialização técnica dos agentes desportivos.

### **2. NORMAS REGULAMENTARES**

2.1 Neste Torneio poderão participar atletas masculinos e femininos dos escalões de Juvenis, Juniores e Seniores, que tenham obtido os resultados, que se indicam na *Tabela de Marcas de Qualificação*, no período estipulado, os 8 primeiros do Ranking de Pista Coberta e de Ar Livre de 2015 de cada escalão. e que se enquadrem numa das seguintes situações:

- 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.

2.2 As provas componentes deste Pentatlo Técnico são as seguintes:

Masculinos - 60 metros, Comprimento, Peso, 60 metros barreiras e Altura  
Femininos - 60 metros barreiras, Altura, Peso, 60 metros e Comprimento

2.3 Os atletas Juvenis de 1º ano sem marca no Heptatlo (Masc) ou Pentatlo (Fem) poderão ser aceites mediante proposta ao Técnico Nacional do Sector.

### **3. INSCRIÇÕES**

#### **3.1 Inscrições Preliminares**

As inscrições deverão ser feitas pelos clubes (ou atletas individuais) nas respectivas Associações Distritais (ou via outra Federação Membro 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.

As inscrições deverão indicar, obrigatoriamente, e por atleta, o seu nome, a(s) prova(s) a que concorrerá (com as respetivas melhores marcas obtidas no período estipulado), o nº de licença federativa e o ano de nascimento, e caso seja estrangeiro, a respetiva nacionalidade.

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

No início da competição, terá obrigatoriamente de ser confirmada a participação dos atletas nas respetivas provas.

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.

4. CLASSIFICAÇÕES

4.1. Nesta Competição haverá, por escalão, classificação individual e coletiva, contando para esta, a pontuação conjunta do melhor atleta masculino e feminino de cada clube.

4.2. Os resultados serão pontuados pelas tabelas da IAAF.

5. PRÉMIOS

5.1- Será atribuída uma Taça aos clubes vencedores em cada um dos escalões (Masculino + Feminino) e medalha ao 1º atleta de cada escalão.

# Torneio Nacional de Pentatlo Técnico

Oeiras - CAR - Jamor

Sábado - 16 de Janeiro de 2016			
14:00	60 m bar (0,76)	Fem	Pent - Juv
14:10	60 m bar (0,84)	Fem	Pent - Jun Sen
14:20	60 m	Masc	Pent - Juv
14:30	60 m	Masc	Pent - Jun Sen
15:00	Comprimento	Masc	Pent - Juv
15:00	Comprimento	Masc	Pent - Jun Sen
15:15	Altura	Fem	Pent - Juv
15:15	Altura	Fem	Pent - Jun Sen
16:35	Peso (5 kg)	Masc	Pent - Juv
16:35	Peso (6 kg)	Masc	Pent - Jun
16:35	Peso (7,26 kg)	Masc	Pent - Sen
17:35	Peso (3 kg)	Fem	Pent - Juv
17:35	Peso (4 kg)	Fem	Pent - Jun Sen
17:45	60 m bar (0,91)	Masc	Pent - Juv
17:55	60 m bar (1,00)	Masc	Pent - Jun Sen
18:05	60 m bar (1,06)	Masc	Pent - Jun Sen
18:15	60 m	Fem	Pent - Juv
18:25	60 m	Fem	Pent - Jun Sen
18:55	Comprimento	Fem	Pent - Juv
18:55	Comprimento	Fem	Pent - Jun Sen
19:15	Altura	Masc	Pent - Juv
19:15	Altura	Masc	Pent - Jun Sen

## MARCAS DE QUALIFICAÇÃO - Torneio Nacional Pentatlo Técnico

Escalões	Masc	Fem
Seniores	5.200 (Decatlo) 4.100 (Heptatlo) 3.000 (P Técnico)	3.600 (Heptatlo) 2.700 (Pentatlo) 2.900 (P Técnico)
Sub-23	5.100 (Decatlo) 4.000 (Heptatlo) 2.900 (P Técnico)	3.500 (Heptatlo) 2.600 (Pentatlo) 2.900 (P Técnico)
Juniores	5.000 (Decatlo) 3.900 (Heptatlo) 2.800 (P Técnico)	3.200 (Heptatlo) 2.400 (Pentatlo) 2.800 (P Técnico)
Juvenis	4.900 (Decatlo) 3.650 (Heptatlo) 2.700 (P Técnico)	3.100 (Heptatlo) 2.300 (Pentatlo) 2.700 (P Técnico)

### MODO DE PROGRESSÃO DAS FASQUIAS

Altura (Fem) e Altura (Masc)	a definir no local da competição
------------------------------	----------------------------------

# Horário de Câmara de Chamada

Sábado - 16 de Janeiro 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 bar (0,76)	Fem	Pent - Juv	13:00	13:35 - 13:45	13:50
14:10	60 m bar (0,84)	Fem	Pent - Jun Sen	13:10	13:45 - 13:55	14:00
14:20	60 m	Masc	Pent - Juv	13:20	13:55 - 14:05	14:10
14:30	60 m	Masc	Pent - Jun Sen	13:30	14:05 - 14:15	14:20
15:00	Comprimento	Masc	Pent - Juv	-- --	-- -- - -- --	-- --
15:00	Comprimento	Masc	Pent - Jun Sen	-- --	-- -- - -- --	-- --
15:15	Altura	Fem	Pent - Juv	-- --	-- -- - -- --	-- --
15:15	Altura	Fem	Pent - Jun Sen	-- --	-- -- - -- --	-- --
16:35	Peso (5 kg)	Masc	Pent - Juv	-- --	-- -- - -- --	-- --
16:35	Peso (6 kg)	Masc	Pent - Jun	-- --	-- -- - -- --	-- --
16:35	Peso (7,26 kg)	Masc	Pent - Sen	-- --	-- -- - -- --	-- --
17:35	Peso (3 kg)	Fem	Pent - Juv	-- --	-- -- - -- --	-- --
17:35	Peso (4 kg)	Fem	Pent - Jun Sen	-- --	-- -- - -- --	-- --
17:45	60 m bar (0,91)	Masc	Pent - Juv	-- --	-- -- - -- --	-- --
17:55	60 m bar (1,00)	Masc	Pent - Jun Sen	-- --	-- -- - -- --	-- --
18:05	60 m bar (1,06)	Masc	Pent - Jun Sen	-- --	-- -- - -- --	-- --
18:15	60 m	Fem	Pent - Juv	-- --	-- -- - -- --	-- --
18:25	60 m	Fem	Pent - Jun Sen	-- --	-- -- - -- --	-- --
18:55	Comprimento	Fem	Pent - Juv	-- --	-- -- - -- --	-- --
18:55	Comprimento	Fem	Pent - Jun Sen	-- --	-- -- - -- --	-- --
19:15	Altura	Masc	Pent - Juv	-- --	-- -- - -- --	-- --
19:15	Altura	Masc	Pent - Jun Sen	-- --	-- -- - -- --	-- --