

## Campeonato de Portugal em Pista Coberta

13 e 14 Fevereiro 2021

### 1. NORMAS REGULAMENTARES

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 estrangeiros e filiados numa Federação Congénere, e tenham obtido autorização expressa da FPA para participar nesta Competição.
- d) Os atletas referidos em b) e c), não terão direito quer ao título de Campeão individual, quer aos respetivos lugares de honra.

1.1.1. A participação dos atletas estrangeiros 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.

1.2. Nestes Campeonatos haverá apenas classificação individual, sendo entregues medalhas aos 3 primeiros classificados de cada prova. A entrega de medalhas dos campeonatos, será realizada posteriormente através da Associação de Atletismo em que o clube está filiado.

1.3. As corridas de distância igual ou superior a 400 metros serão disputadas por séries.

1.4. Dadas as restrições inerentes ao Covid-19, os atletas apenas poderão competir no máximo de duas provas.

1.4.1. Os atletas do escalão sub-20, 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.

1.5. 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 4.4 da WA.

1.5.1. 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.

### 1.6- Termo de Responsabilidade

A participação nestes Campeonatos é permitida aos atletas que assinem e entreguem um Termo de Responsabilidade Individual aquando do controlo de entrada na pista. No caso dos atletas menores de 18 anos, esse Termo de Responsabilidade deverá ser assinado pelo encarregado de educação.

## 2. INSCRIÇÕES

### 2.1. Inscrições Preliminares

**2.1.1.** As inscrições deverão ser feitas pelos clubes ou atletas individuais através da “**Plataforma Lince da FPA**” nas respetivas áreas de acesso em <https://lince.fpatletismo.pt>. As inscrições terão de ser realizadas até às 23:59 horas do dia 8 de Fevereiro, sem qualquer prazo extra.

**2.1.2.** Inscrições de atletas filiados numa Federação estrangeira serão enviadas para a FPA via Federação Membro da IAAF.

**2.1.3.** Dadas as limitações impostas pelo COVID-19, este Campeonato, a disputar numa única pista, terá um número de atletas limitado, pelo que foram adotadas marcas de qualificação mais exigentes que o habitual. Se após a receção das inscrições se verificar que o número de inscritos numa determinada disciplina se situar aquém do desejado, serão admitidos mais atletas até se chegar ao número pretendido.

**2.1.3.1.** Estes atletas serão escolhidos pelos treinadores nacionais da DTN, após verificação da lista de inscrições condicional e tomando em consideração o Ranking de marcas obtidas depois de 1 de Janeiro de 2021.

**2.1.3.2.** Assim, os atletas sem marca de Qualificação para o Campeonato de Portugal de Pista Coberta de 2021, e que tenham Marca de Inscrição Condicional incluída no ponto 8 deste Regulamento, podem inscrever-se e aguardar pelo dia 10 de fevereiro para saberem se foram admitidos.

**Nos concursos (Peso, Comprimento, Triplo Salto, Altura e Vara) pretende-se ter no Campeonato 8 atletas masculinos e 8 atletas femininos.**

**Na marcha atlética e na corrida de 3.000m a pretensão da FPA é ter 8 atletas de cada género, no máximo.**

**Nos 800m e 1.500m, o máximo será de 12 atletas por género.**

**Nos 60m e 60m Barreiras pretende-se ter 12 atletas de cada género.**

**Nos 400m o limite será de 12 atletas de cada género.**

**2.1.4.** Neste Campeonato cada atleta só pode participar no máximo de duas provas, pelo que só se deve inscrever nas provas em que efetivamente pretende participar, penalizando cada atleta em 10€ por prova, em que se inscreveu e não compareceu.

**2.1.5.** Dando cumprimento ao exarado nas “Normas Administrativas” no início da época, referente a “Inscrições em Competições Nacionais” neste Campeonato poderá haver cobrança de taxas de inscrição de acordo com o divulgado.

### 2.2. Confirmação das Inscrições

As confirmações serão realizadas on-line e estarão disponíveis entre as 15:00 horas do dia anterior e 1 hora antes da prova respetiva através da plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> sendo necessário que cada clube ou o atleta faça o seu login para o efeito.

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

[apoio@fpacompeticoes.pt](mailto:apoio@fpacompeticoes.pt)

Os atletas poderão também fazer a confirmação na sua prova através do seu nº de documento de identificação.

### 3. 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 WA.

### 4. CONTROLOS DE ENGENHOS

4.1. A organização autoriza a utilização de engenhos pessoais, desde que homologados. Estes serão disponibilizados para utilização de todos os atletas.

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

4.3. Os pesos aprovados serão colocados na zona de lançamento.

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

### 5. PROGRAMA / HORÁRIO

#### Jornada 1, Sábado (tarde) - 13 de Fevereiro de 2021

Hora	Prova	
14:15	Vara	Masculinos
14:30	Peso	Femininos
15:40	60m (Elim.)	Masculinos
15:50	Peso	Masculinos Adaptado
16:00	60m (Elim.)	Femininos
16:15	Triplo Salto	Masculinos
16:20	1.500 metros	Masculinos
16:35	1.500 metros	Femininos
16:50	5.000m marcha	Masculinos
17:00	Altura	Femininos
17:25	3.000m marcha	Femininos
17:50	60m (Final)	Masculinos
18:00	60m (Final)	Femininos
18:10	Comprimento	Femininos
18:15	400 metros	Masculinos
18:30	400 metros	Femininos

**Jornada 2, Domingo (tarde) - 14 de Fevereiro de 2021**

Hora	Prova	
14:15	Vara	Femininos
14:30	Peso	Masculinos
16:15	Comprimento	Masculinos
16:30	60m Barreiras (Elim.)	Masculinos
16:50	60m Barreiras (Elim.)	Femininos
17:00	Altura	Masculinos
17:05	800 metros	Masculinos
17:20	800 metros	Femininos
17:35	3.000 metros	Masculinos
17:55	3.000 metros	Femininos
18:10	Triplo Salto	Femininos
18:25	60m Barreiras (Final)	Femininos
18:35	60m Barreiras (Final)	Masculinos

**6. MODO DE PROGRESSÃO DAS FASQUIAS**

Altura (Femininos) 1,50 (+5) --> 1,60 (+3) --> 1,76 (+2)  
 Altura (Masculinos) 1,87 (+4) --> 2,07 (+3) --> 2,28 (+2)  
 Vara (Femininos) 2,60 (+20) --> 3,00 (+15) --> 3,45 (+10) --> 4,45 (+7)  
 Vara (Masculinos) 3,77 (+20) --> 4,17 (+15) --> 4,62 (+12) --> 5,46 (+5)

**7. MARCAS DE QUALIFICAÇÃO**

	MASCULINOS	FEMININOS
<b>60 metros</b>	6,80 (60m) 10,60 (100m)	7,60 (60m) 11,90 (100m)
<b>400 metros</b>	48,80 (pista coberta) 47,80 (ar livre)	56,50 (pista coberta) 56,00 (ar livre)
<b>800 metros</b>	1.53,00 (pista coberta) 1.50,00 (ar livre)	2.12,00 (pista coberta) 2.09,00 (ar livre)
<b>1.500 metros</b>	3.50,00 (pista coberta) 3.48,00 (ar livre)	4.25,00 (pista coberta) 4.20,00 (ar livre)
<b>3.000 metros</b>	8.15,00 (pista coberta) 8.10,00 (ar livre) 14.00,00 (5.000 metros)	9.25,00 (pista coberta) 9.20,00 (ar livre) 16.00,00 (5.000 metros)
<b>60m Barreiras</b>	8,20 (60m a 1,06) 14,60 (110m a 1,06)	8,80 (60m a 0,84) 14,50 (100m a 0,84)
<b>5.000m/3.000m Marcha</b>	23.30,00	15.30,00
<b>Comprimento</b>	7,40	6,08
<b>Triplo Salto</b>	15,39	13,07
<b>Vara</b>	4,90	3,50
<b>Altura</b>	2,10	1,68
<b>Peso</b>	15,00 (7,260 Kg)	12,50 (4 Kg)

**8. MARCAS DE PRÉ INSCRIÇÃO (inscrição condicional) \***

	<b>MASCULINOS</b>	<b>FEMININOS</b>
<b>60 metros</b>	7,00 (60m) 10,90 (100m)	8,00 (60m) 12,70 (100m)
<b>400 metros</b>	51,00 (pista coberta) 49,80 (ar livre)	61,00 (pista coberta) 59,80 (ar livre)
<b>800 metros</b>	1.58,00 (pista coberta) 1.57,00 (ar livre)	2.24,00 (pista coberta) 2.19,00 (ar livre)
<b>1.500 metros</b>	4.04,00 (pista coberta) 4.02,00 (ar livre)	4.50,00 (pista coberta) 4.42,00 (ar livre)
<b>3.000 metros</b>	8.35,00 (pista coberta) 8.32,00 (ar livre) 14.37,00 (5.000 metros)	10.40,00 (pista coberta) 10.10,00 (ar livre) 17.35,00 (5.000 metros)
<b>60m Barreiras</b>	9,00 (60m a 1,06) 16,30 (110m a 1,06)	9,60 (60m a 0,84) 16,30 (100m a 0,84)
<b>5.000m/3.000m Marcha</b>	23.30,00	15.30,00
<b>Comprimento</b>	7,00	5,50
<b>Triplo Salto</b>	14,10	11,60
<b>Vara</b>	4,25	3,00
<b>Altura</b>	1,95	1,61
<b>Peso</b>	14,00 (7,260 Kg)	11,50 (4 Kg)

\* Estas marcas serão as que definem que atletas poderão fazer a inscrição condicional para o Campeonato de Portugal de Pista Coberta de 2021. Se o número de atletas inscritos com Marca de Qualificação definida para este Campeonato não chegar ao número de atletas pretendido, o treinador nacional do setor respetivo, indicará que atletas da lista de inscrição condicional, serão autorizados a participar no Campeonato, devendo para o efeito respeitar o Ranking a partir de 1 de Janeiro de 2021.