



Reunião Técnica  
Campeonatos Nacional de Clubes  
Fase de Apuramento

---

BRAGA | POMBAL | 22 e 23 janeiro 2022

Função	Nome
Representante da Direção FPA	Paulo Bernardo (FPA)
Júri de Apelo	A constituir, em caso de necessidade, pelo Delegado Técnico, pelo Diretor da Competição e por um dos árbitros nomeados para a competição, que não esteja envolvido na decisão que gerou o protesto
Delegado Técnico	Filipe Antunes (AAB)
Diretor de Competição	João Coelho (AAB)
Diretor de Reunião	João Coelho (AAB)
Árbitro Câmara de Chamada	Cecília Mouta (AAB)
Árbitros Provas de Pista	Francisco Macedo (AAB) e Ricardo Sousa (AAP)
Árbitros de Concursos	Elsa Gonçalves (AAB) e Vânia Sousa (AAL)
Juiz de Partida	André Ferreira (AAB)
Juízes de Marcha	André Brito-JC (AAP), Albertino Saramago (ADAC), Argentina Cordeiro (ADAC), Roberto Carvalho (AAP), Alberto Soares (AAP)

Função	Nome
Representante da Direção FPA	Paulo Bernardo (FPA)
Júri de Apelo	A constituir, em caso de necessidade, pelo Delegado Técnico, pelo Diretor da Competição e um por dos árbitros nomeados para a competição, que não esteja envolvido na decisão que gerou o protesto
Delegado Técnico	Ricardo Oliveira (ADAL)
Diretor de Competição	M.ª Odete Alves (ADAL)
Diretor de Reunião	Maria Helena Cruz (ADAL)
Árbitro Câmara de Chamada	Carla Oliveira (ASAS)
Árbitros Provas de Pista	Renato Soares (AAA) e António Fragoso (AAG)
Árbitros de Concursos	António Bizarro (ADAL) e Gonçalo Chagas (AAS)
Juiz de Partida	Virgílio Bastos (ADAL)
Juízes de Marcha	António Caniço-JC (AAS), José Hipólito (AAS), Tânia Pinto (ADAL), Paulo Rodrigues (ADAL), a definir ( )

<https://forms.gle/GMk4EjjzY7uiHN2c7>

**LOCAL CORRETO A  
DEFINIR  
POSTERIORMENTE**

**CENTRO DE TESTAGEM À COVID**  
Horário: 12h – 18h dia 22 e 23

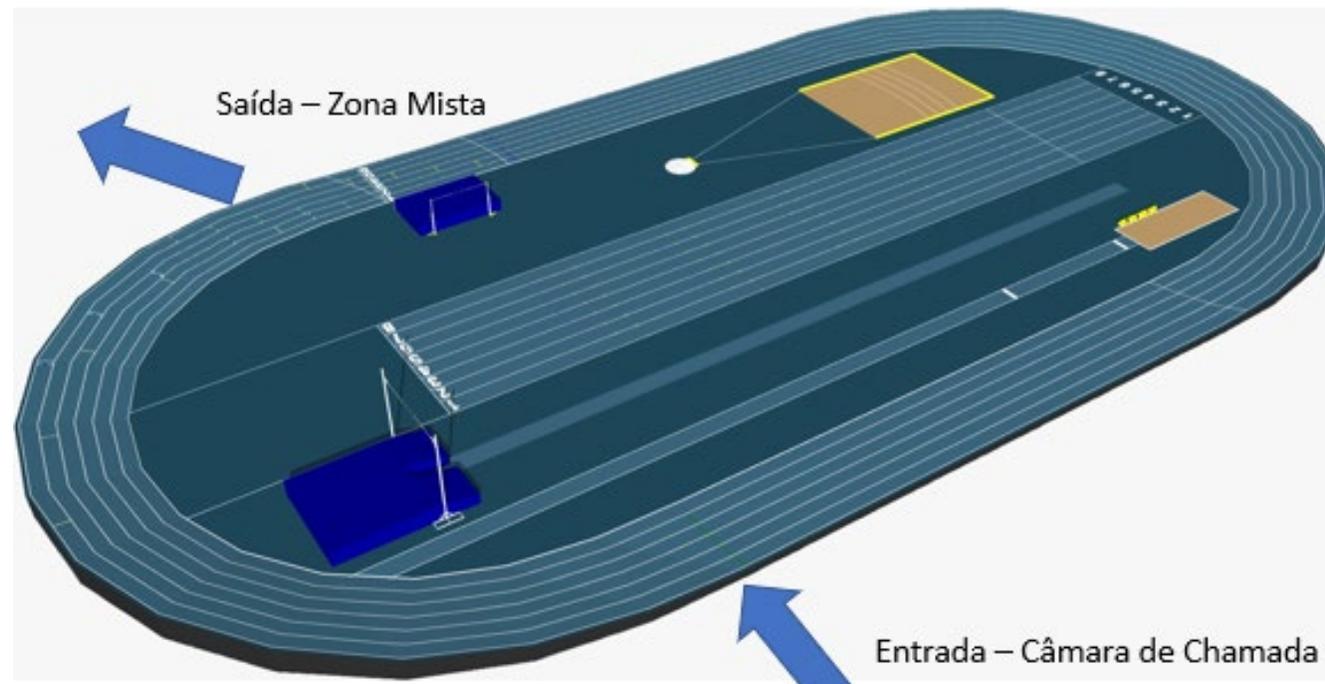
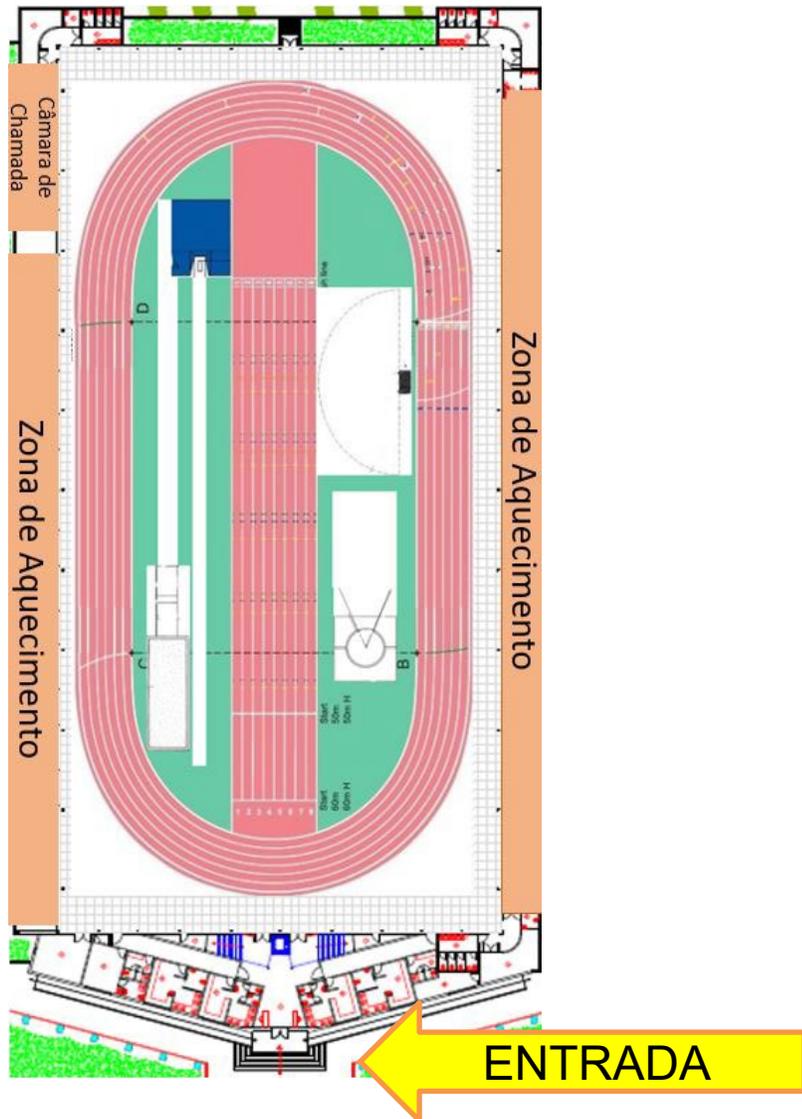
Obrigatório TRAg negativo no máximo com 48h de antecedência, PCR negativo no máximo com 72 horas de antecedência, ou certificado de recuperação dentro dos 180 dias de validade.





ZONA DE CONTROLO – TESTE NEGATIVO E  
TERMO DE RESPONSABILIDADE

Obrigatório TRAg negativo no máximo com 48h de antecedência, PCR negativo no máximo com 72 horas de antecedência, ou certificado de recuperação dentro dos 180 dias de validade.



- **Uso obrigatório de máscara:**

## Provas de pista:

- A máscara só poderá ser retirada por indicação dos oficiais de competição;
- Colocação de máscara logo após a chegada – será fornecida uma máscara pela organização.



**Concursos** – Os atletas só poderão retirar a máscara no momento da realização do seu ensaio, devendo a mesma ser mantida em todos os restantes momentos.

- **Balneários** – Não será permitida a utilização de balneários, apenas estará disponível WC

## Sábado, 22 e domingo 23

Hora	Disciplina	Género	Observações
15:00	Comprimento	Fem.	
15:05	400 metros	Masc.	
15:15	Vara	Fem.	
15:20	Altura	Masc.	
15:25	400 metros	Fem.	
15:45	800 metros	Masc.	
16:00	800 metros	Fem.	
16:15	60 metros	Masc.	
16:20	Comprimento	Masc.	
16:25	Peso (4kg)	Fem.	
16:30	60 metros	Fem.	
16:45	1.500 metros	Masc.	
16:55	1.500 metros	Fem.	
17:15	60m barreiras	Masc.	
17:35	60m barreiras	Fem.	
17:40	Vara	Masc.	
17:45	Triplo Salto	Fem.	
17:50	3.000 metros	Masc.	
17:55	Altura	Fem.	
18:05	3.000 metros	Fem.	
18:20	5.000 m marcha	Masc.	
18:25	Peso (7.26 kg)	Masc.	
18:55	Triplo Salto	Masc.	
19:00	3.000 m marcha	Fem.	
19:25	4x400 metros	Masc.	
19:40	4x400 metros	Fem.	

## Clubes Participantes

BRAGA - SÁBADO TARDE - 22 de Janeiro de 2022			MASC	FEM
Aveiro	Associação Desportiva E Cultural Da C J Clark - Castelo De Paiva	ADCCJC		F
Aveiro	Lusitânia De Lourosa Futebol Clube	LLFC	M	F
Aveiro	Núcleo De Atletismo De Cucujães	NAC	M	F
Braga	Acvsm - Atlético Clube De Vale S. Martinho	ACVSM	M	
Braga	C. A. Bracara - Clube De Atletismo	CAB	M	
Braga	Escola Atletismo Rosa Oliveira	EAROS	M	F
Braga	Associação Papa Léguas De Famalicão	PLF	M	
Braga	Sporting Clube De Braga	SCB	M	F
Braga	Vitória Sport Clube	VTSC	M	F
Madeira	Associação Cultural E Desportiva Do Jardim Da Serra	AJS	M	F
Porto	Atlético Clube Da Póvoa De Varzim	ACPV	M	F
Porto	Centro Desportivo E Cultural E Navais	CDCNAV	M	F
Porto	Clube De Futebol De Oliveira Do Douro	CFOD	M	F
Porto	Eat-Escola De Atletismo Da Trofa - Associação Desportiva	EAT		F
Porto	Clube Desporto C+S De Lavra	LAVRA	M	F
Viana Castelo	Academia Desportiva De Valdevez - Associação	ACDAV		F

BRAGA - DOMINGO TARDE - 23 de Janeiro de 2022			MASC	FEM
Porto	Centro De Atletismo Do Porto	CAP	M	F
Porto	Clube Desportivo Da Póvoa	CDP	M	F
Porto	Clube Spiridon De Gaia	CSGAIA	M	F
Porto	Escola Do Movimento Associação Juvenil	ESCMOV	M	F
Porto	Maia Atlético Clube - Mac	MAC	M	F
Porto	Sport Comércio Salgueiros	SCS	M	F
Viana Castelo	Centro De Atletismo De Mazarefes	CAM-VC	M	F
Viana Castelo	Clube Atletismo Olímpico Vianense	CAOV	M	

## Sábado, 22 e domingo 23 – Tarde

Hora	Disciplina	Género	Observações
15:00	Comprimento	Fem.	
15:05	400 metros	Masc.	
15:15	Vara	Fem.	
15:20	Altura	Masc.	
15:25	400 metros	Fem.	
15:45	800 metros	Masc.	
16:00	800 metros	Fem.	
16:15	60 metros	Masc.	
16:20	Comprimento	Masc.	
16:25	Peso (4kg)	Fem.	
16:30	60 metros	Fem.	
16:45	1.500 metros	Masc.	
16:55	1.500 metros	Fem.	
17:15	60m barreiras	Masc.	
17:35	60m barreiras	Fem.	
17:40	Vara	Masc.	
17:45	Triplo Salto	Fem.	
17:50	3.000 metros	Masc.	
17:55	Altura	Fem.	
18:05	3.000 metros	Fem.	
18:20	5.000 m marcha	Masc.	
18:25	Peso (7.26 kg)	Masc.	
18:55	Triplo Salto	Masc.	
19:00	3.000 m marcha	Fem.	
19:25	4x400 metros	Masc.	
19:40	4x400 metros	Fem.	

POMBAL - SÁBADO TARDE - 22 de Janeiro de 2022			MASC	FEM
Algarve	Associação Académica Da Bela Vista	AABV	M	
Algarve	Clube Desportivo Areias São João	CASJ	M	F
Algarve	Atletis - Clube De Atletismo De Tunes	CATUNES	M	
Algarve	Casa Do Benfica De Faro	CBF	M	F
Algarve	Clube Oriental De Pechão	COP	M	F
Aveiro	Clube De Campismo De São João Da Madeira	CCSJM	M	
Castelo Branco	Grupo De Convívio E Amizade Nas Donas	GCAD	M	F
Coimbra	Grupo Recreativo Eirense	GRE-AA	M	F
Faial	Clube Independente De Atletismo Ilha Azul	CIAIA	M	
Lisboa	Clube De Atletismo De Sintra	CASINTRA	M	
Lisboa	Juventude Operária Do Monte Abraão	JOMA		F
Lisboa	Sporting Clube De Portugal	SCP	M	F
Lisboa	Sport Lisboa E Benfica	SLB	M	
Madeira	Associação Desportiva E Recreativa De Água De Pena	ADRAP	M	F
Madeira	Club Sport Marítimo	CSM		F
Madeira	Grupo Desportivo Do Estreito	GDE	M	F
Santarém	Clube De Lazer, Aventura E Competição	CLAC		F
Santarém	Casa Do Povo De Alcanena	CPA-S	M	F
Santarém	Juventude Desportiva Almansor	JDAL		F
Santarém	União Futebol Comercio E Industria De Tomar	UFCT	M	F

POMBAL - DOMINGO TARDE - 23 de Janeiro de 2022			MASC	FEM
Aveiro	Afis/Ovar - Atletas Fim De Semana	AFIS	M	
Aveiro	Grecas - Vagos	GRECAS	M	F
Castelo Branco	Penta Clube Da Covilhã	PCC	M	F
Évora	Grupo Desportivo Diana	GDD	M	
Évora	Clube Raquel Cabaço	RC	M	
Guarda	Associação Cultural Recreativa Senhora Do Desterro	ACRSD	M	F
Guarda	Centro De Atletismo De Seia	CAS	M	
Leiria	Atletico Clube Batalha - Acb	ACB-L	M	F
Leiria	Juventude Vidigalense	JV	M	F
Lisboa	Fundação Salesianos	AFS		F
Lisboa	Clube De Futebol Os Belenenses	CFB	M	
Santarém	Grupo De Atletismo De Fátima	GAF		F
Setúbal	Clube Pedro Pessoa Escola De Atletismo	CPPEA		F
Setúbal	Clube Recreativo Do Penteado	CRDP	M	

Hora	Disciplina	Género	Observações
09:00	Comprimento	Fem.	
09:05	400 metros	Masc.	
09:15	Vara	Fem.	
09:20	Altura	Masc.	
09:25	400 metros	Fem.	
09:45	800 metros	Masc.	
10:00	800 metros	Fem.	
10:15	60 metros	Masc.	
10:20	Comprimento	Masc.	
10:25	Peso (4kg)	Fem.	
10:30	60 metros	Fem.	
10:45	1.500 metros	Masc.	
10:55	1.500 metros	Fem.	
11:15	60m barreiras	Masc.	
11:35	60m barreiras	Fem.	
11:40	Vara	Masc.	
11:45	Triplo Salto	Fem.	
11:50	3.000 metros	Masc.	
11:55	Altura	Fem.	
12:05	3.000 metros	Fem.	
12:20	5.000 m marcha	Masc.	
12:25	Peso (7.26 kg)	Masc.	
12:55	Triplo Salto	Masc.	
13:00	3.000 m marcha	Fem.	
13:25	4x400 metros	Masc.	
13:40	4x400 metros	Fem.	

POMBAL - DOMINGO TARDE - 23 de Janeiro de 2022			MASC	FEM
Aveiro	Afis/Ovar - Atletas Fim De Semana	AFIS	M	
Aveiro	Grecas - Vagos	GRECAS	M	F
Castelo Branco	Penta Clube Da Covilhã	PCC	M	F
Évora	Grupo Desportivo Diana	GDD	M	
Évora	Clube Raquel Cabaço	RC	M	
Guarda	Associação Cultural Recreativa Senhora Do Desterro	ACRSD	M	F
Guarda	Centro De Atletismo De Seia	CAS	M	
Leiria	Atletico Clube Batalha - Acb	ACB-L	M	F
Leiria	Juventude Vidigalense	JV	M	F
Lisboa	Fundação Salesianos	AFS		F
Lisboa	Clube De Futebol Os Belenenses	CFB	M	
Santarém	Grupo De Atletismo De Fátima	GAF		F
Setúbal	Clube Pedro Pessoa Escola De Atletismo	CPPEA		F
Setúbal	Clube Recreativo Do Penteado	CRDP	M	

**Regulamento:** [https://fpaportalonline.blob.core.windows.net/portalfpa-public/2022/01/Reg\\_PC\\_2022\\_CN\\_Clubes-Apuramento-P-Coberta-vf-1.pdf](https://fpaportalonline.blob.core.windows.net/portalfpa-public/2022/01/Reg_PC_2022_CN_Clubes-Apuramento-P-Coberta-vf-1.pdf)

**Distribuição de Clubes:** [https://fpaportalonline.blob.core.windows.net/portalfpa-public/2022/01/Distribuicao\\_2022\\_PC\\_CNac\\_Clubes\\_Apuramento-vf-3.pdf](https://fpaportalonline.blob.core.windows.net/portalfpa-public/2022/01/Distribuicao_2022_PC_CNac_Clubes_Apuramento-vf-3.pdf)

- **Confirmações dos atletas:**
  - Online, na plataforma FPA Competições - em <https://fpacompeticoes.pt/>-
  - Desde as 19:00 horas de 6ªfeira, mantendo-se abertas **até 1 hora e meia antes de cada prova**, ou da primeira série das provas disputadas dessa forma;
- **Substituições de última hora:**
  - Carecem de autorização do(s) Delegado(s) Técnico(s) e só poderão ser autorizadas se:
    - Existir devida justificação médica (i.e. comprovação de impossibilidade de participação na prova do atleta confirmado);
    - O pedido for solicitado antes da hora de início de entrada na câmara de chamada.



- Levantamento de dorsais pelo representante oficial do clube junto do secretariado da competição, com indicação de um número de contacto.

- **Saltos horizontais e lançamentos** - 4 ensaios, sem inversão da ordem de participação;
- O previsto na Regra 25.17 da WA não se aplica nesta competição coletiva, no que respeita ao tempo atribuído aos atletas participantes em saltos verticais para iniciar o seu ensaio, quando só estiver 1 atleta em competição, atribuindo-se neste caso, se se aplicar, o tempo para ensaios consecutivos;
- A organização autoriza a utilização de engenhos pessoais, desde que homologados, os quais serão disponibilizados para utilização de todos os atletas. Assim, os engenhos devem ser entregues na câmara de chamada para verificação até 1h30m antes da hora marcada para o início da prova respetiva. Os engenhos aprovados serão colocados na zona de lançamentos. No final da prova os engenhos aprovados e utilizados na mesma, e os não aprovados, poderão ser levantados na câmara de chamada

- Progressão da fasquia:

Disciplina	Género	Progressão
Altura	Fem.	1,30 (+5) --> 1,40 (+4) --> 1,52 (+3) --> 1,61 (+2)
Altura	Masc.	1,60 (+5) --> 1,80 (+4) --> 1,92 (+3) --> 2,01 (+2)
Vara	Fem.	1,85 (+15) --> 2,45 (+12) --> 3,05 (+10) --> 3,55 (+5)
Vara	Masc.	2,35 (+15) --> 3,70 (+12) --> 4,30 (+10) --> 5,00 (+5)

- O(s) Delegado(s) Técnico(s) podem decidir iniciar a prova a uma altura inferior às indicadas, desde que respeite os incrementos acima referidos e caso seja executável.

## Covid-19 | Normas de acesso: Pista Coberta Braga e Pombal

Devido à pandemia de Covid-19, e de modo a garantir a realização dos Campeonatos Nacionais de Pista Coberta, quer em Braga (Altice Fórum Braga), quer em Pombal (Exposalão de Pombal), é necessário cumprir os pressupostos sanitários definidos.

As regras atualmente aplicáveis aos Campeonatos Nacionais a realizar em Pombal e Braga, obrigam a que todos os agentes desportivos (atletas, treinadores, juízes, dirigentes, espectadores, etc.) que pretendam entrar nas instalações desportivas apresentem:

1. **teste Covid-19 negativo:** Teste molecular PCR - 72 horas ou Teste rápido de antigénio – 48 horas

ou

2. **Certificado de Recuperação** da Covid-19, documento médico oficial que certifique a **Alta Médica** ou **Declaração Provisória de Isolamento** com mais de 7 dias após a data de emissão

SNS SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE DGS COVID-19  
Normas DGS Ponto de Situação (12-01-2022)  
Declaração Provisória de Isolamento (\*) (\*\*)  
Verificação de autenticidade  
Validação Terminada  
A declaração é fidedigna  
Código de Acesso: WUS9RY7A  
Nº Identificação Segurança Social:  
Data de Nascimento: 11/02/1957  
Nome do Utente: JANTONIO [REDACTED]  
Nº Utente: [REDACTED] DATA EMISSÃO  
Data Início Declaração: 14/01/2022  
Data Fim: válida pelo período máximo de 7 dias contados a partir da emissão ou até contacto da autoridade de saúde  
Declaração: pública, emissão de certificado de incapacidade temporária ou alta dos casos suspeitos com teste negativo à SARS-CoV-2  
Data de Acesso: 16/01/2022  
(\*) Sempre que os trabalhadores possam recorrer a mecanismos alternativos de prestação de trabalho, nomeadamente o teletrabalho, a Declaração Provisória de Isolamento será lida como declaração comprovativa da existência de uma situação de risco para a saúde pública, nos termos e para os efeitos dos n.ºs 5 e 6 do artigo 19.º A do Decreto-Lei n.º 10-A/2023, na sua redação atual. (\*\*) A impossibilidade do recurso a mecanismos alternativos de prestação de trabalho prevista no n.º 7 do artigo 19.º A do Decreto-Lei n.º 10-A/2023, na sua redação atual, é atestada por uma declaração da entidade empregadora, a manter pela mesma a entidade competente, designadamente o Instituto de Segurança Social, I.P., juntamente com o código de acesso à Declaração Provisória de Isolamento.

Nota: Agentes com a 3ª dose da vacina terão igualmente de apresentar teste covid negativo

### Covid-19 | Normas de acesso: Pista Coberta Braga e Pombal

#### BRAGA:

É determinante que todos os agentes desportivos estejam munidos de resultado de teste à Covid-19 ou Certificado de Recuperação.

No entanto, na impossibilidade de realização do mesmo nas 48 horas anteriores, em **Braga**, poderão usufruir do protocolo estabelecido pela Associação de Atletismo de Braga com a farmácia Narcisa C. Dias. Ao abrigo do referido protocolo, a entidade disponibiliza um local para a realização dos testes TRAg, junto à entrada do recinto.

Caso o utente ainda não tenha realizado a totalidade dos testes comparticipados mensalmente, estarão isentos de custo para o mesmo. No caso de terem atingido o número de testes comparticipados, poderão recorrer à utilização de um autoteste realizado no local e supervisionado pelo profissional de saúde, com um custo mais económico, sendo ainda possível adquirir os autotestes no local.

Os interessados em realizar o teste, devem comparecer no local de testagem com uma antecedência mínima de 3 horas em relação ao horário das respetivas provas, de forma que todos os procedimentos possam ser realizados atempadamente.

Em caso de grande afluência para a realização de testes, os atletas com marcação terão prioridade, sobre os restantes agentes. Os interessados em realizar este teste (de forma a facilitar e agilizar o processo de testagem e de recolha de dados) devem marcar o mesmo preenchendo o seguinte [FORMULÁRIO](#):

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfWHBT96tooDOh6Db6qCd-7cDjk3XM27j0KvaWREoZbug\\_CDA/viewform](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfWHBT96tooDOh6Db6qCd-7cDjk3XM27j0KvaWREoZbug_CDA/viewform)

### Covid-19 | Normas de acesso: Pista Coberta Braga e Pombal

#### POMBAL:

Em **Pombal** não é possível realizar testes à Covid-19 no local da competição, pelo que se sugere que o teste seja efetuado nas 48h ou 72h anteriores (conforme o tipo de teste) à hora de início da competição.

Se os pressupostos para aceder aos locais de competição em Pombal e Braga forem alterados, partilharemos essa informação com os nossos associados.

Covid-19 | Normas de acesso: Pista Coberta Braga e Pombal

### **VALIDAÇÃO DE TESTES EFETUADOS PELOS DEPARTAMENTOS MÉDICOS DOS CLUBES**

A validação de testes efetuados pelo departamento médico dos Clubes é possível, desde que cumpra os requisitos definidos e os resultados sejam validados pelo médico do clube.

### Covid-19 | Normas de acesso: Pista Coberta Braga e Pombal

#### Procedimentos para validação de testes efetuados pelos departamentos médicos dos Clubes

1. O Departamento Médico do clube envia o resultado dos testes negativos por email para:
  - a. O Responsável da Área Médica da FPA, Dr. Nuno Coutinho [nunocoutinho@fpatletismo.pt](mailto:nunocoutinho@fpatletismo.pt);
  - b. com conhecimento da Associação onde se realiza a competição - Associação Distrital de Atletismo de Leiria [leiria@fpatletismo.org](mailto:leiria@fpatletismo.org) ou Associação de Atletismo de Braga [braga@fpatletismo.org](mailto:braga@fpatletismo.org) - e do Diretor com responsabilidades para Área das Competições da FPA Paulo Bernardo [pbernardo@fpatletismo.pt](mailto:pbernardo@fpatletismo.pt);
2. A informação relativa aos testes negativos deve ser enviada no documento disponibilizado na [página da FPA](#), identificando, corretamente, cada um dos participantes e o médico que validou os testes efetuados;
3. A informação deve ser enviada até 3 horas antes do início da primeira prova dos Campeonatos;
4. O Responsável da Área Médica da FPA valida a informação recebida.

### Covid-19 | Normas de acesso: Pista Coberta Braga e Pombal

#### Acesso à Pista Coberta Braga e Pombal

- Para ter acesso ao interior da Pista Coberta de Pombal ou de Braga é necessário ser detentor de uma pulseira entregue pela organização no local da competição;
- De modo a que se tenha acesso à pulseira, é necessário que cada indivíduo se desloque ao Secretariado da Competição e apresente um dos documentos enunciados anteriormente e um documento de identificação pessoal com fotografia;
- A entrega e colocação das pulseiras será feita, individualmente, após a validação da informação e da verificação do documento de identificação pessoal apresentado;
- **Os documentos enviados pelos clubes ao responsável pela área médica da FPA serão aceites, desde que cumpram os requisitos definidos e estejam assinados pelo médico do Clube.**



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO



ANOS  
1921 - 2021

Muito obrigado

