



Reunião Técnica

Campeonato Nacional de Sub. 20 ao Ar Livre
14 de Julho 2022



Boas Vindas

Paulo Bernardo – Representante da Direção da Federação Portuguesa de Atletismo

Função	Nome
Representante da Direção	Paulo Bernardo
Júri de Apelo	A constituir, em caso de necessidade, pelo Delegado Técnico e dois dos árbitros nomeados para a competição, que não esteja envolvido na decisão que gerou o protesto
Delegado Técnico	Teodoro Marújo (AAL)
Diretor de Competição	Renato Soares (AAA)
Diretor da Reunião	António Pereira (AAA)
Árbitro Câmara de Chamada	Carla Oliveira (ASAS)
Árbitros Provas de Pista	Filipe Antunes (AAB) e Elsa Gonçalves (AAB)
Árbitros de Concursos	Argentina Cordeiro (ADAC), Francisco Macedo (AAB) e Paulo Lopes (AAV)
Cronometragem Automática	Miguel Costa (AAL) (JC)
Juízes de Marcha	André Brito (JC) (AAP), Luís Dias (AAL), Américo Brito (AAL), Joaquim Graça (AAL) e Alberto Soares (AAP)

Horas	Prova	Géner	Elim/Ser/Fin	Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na	Horário de entrada na
15:00	Martelo (4 kg)	Fem		13:30	14:15 - 14:25	14:30
15:20	100 m	Masc	Elim	13:50	14:55 - 15:05	15:10
15:30	Comprimento	Fem		14:00	14:45 - 14:55	15:00
15:41	100 m	Fem	Elim	14:11	15:16 - 15:26	15:31
15:55	Peso (6 kg)	Masc		14:25	15:10 - 15:20	15:25
16:00	Vara	Masc		14:30	14:45 - 14:55	15:00
16:05	400 m	Masc	Séries	14:35	15:40 - 15:50	15:55
16:20	400 m	Fem	Séries	14:50	15:55 - 16:05	16:10
16:35	1 500 m	Masc	Séries	15:05	16:15 - 16:25	16:28
16:40	Disco (1 kg)	Fem		15:10	15:55 - 16:05	16:10
16:55	1 500 m	Fem	Séries	15:25	16:35 - 16:45	16:48
17:10	100 m	Masc	Final	---	16:45 - 16:55	17:00
17:20	100 m	Fem	Final	---	16:55 - 17:05	17:10
17:25	Altura	Fem		15:55	16:40 - 16:50	16:55
17:30	3 000 m Obst	Masc	Séries	16:00	17:10 - 17:20	17:23
17:45	Comprimento	Masc		16:15	17:00 - 17:10	17:15
17:50	3 000 m Obst	Fem	Séries	16:20	17:30 - 17:40	17:43
18:10	5 000 m	Masc		16:40	17:50 - 18:00	18:03
18:35	5 000 m	Fem		17:05	18:15 - 18:25	18:28
18:40	Dardo (800 g)	Masc		17:10	17:55 - 18:05	18:10
19:10	4x100 m	Masc	Séries	17:40	18:45 - 18:55	19:00
19:35	4x100 m	Fem	Séries	18:05	19:10 - 19:20	19:25
20:00	10 000 m Marcha	Fem	Pistas 1 a 4	18:30	19:40 - 19:50	19:53
20:00	10 000 m Marcha	Masc	Pistas 5 a 8	18:30	19:40 - 19:50	19:53

Regulamento:

https://fpaportalonline.blob.core.windows.net/portalfpa-public/2022/07/Reg_2022_AL_CNac-Sub-20.pdf

Confirmações:

<https://www.fpacompeticoes.pt/1603/competicao>

Horas	Prova	Género	Elim/Ser/Final	Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na	Horário de entrada na
09:00	Martelo (6 kg)	Masc		07:30	08:15 - 08:25	08:30
09:20	Triplo Salto	Fem		07:50	08:35 - 08:45	08:50
09:25	Peso (4 kg)	Fem		07:55	08:40 - 08:50	08:55
09:40	3 000 m	Masc	Séries	08:10	09:20 - 09:30	09:33
10:00	3 000 m	Fem	Séries	08:30	09:40 - 09:50	09:53
10:00	Vara	Fem		08:30	08:45 - 08:55	09:00
10:25	110 m Bar (1,00)	Masc	Elim	08:55	10:00 - 10:10	10:15
10:30	Disco (1,750 kg)	Masc		09:00	09:45 - 09:55	10:00
10:45	100 m Bar (0,84)	Fem	Elim	09:15	10:20 - 10:30	10:35
11:05	Altura	Masc		09:35	10:20 - 10:30	10:35
11:10	200 m	Masc	Séries	09:40	10:45 - 10:55	11:00
11:30	200 m	Fem	Séries	10:00	11:05 - 11:15	11:20
11:50	Triplo Salto	Masc		10:20	11:05 - 11:15	11:20
12:00	400 m Bar (0,91)	Masc	Séries	10:30	11:35 - 11:45	11:50
12:20	Dardo (600 g)	Fem		10:50	11:35 - 11:45	11:50
12:25	400 m Bar (0,76)	Fem	Séries	10:55	12:00 - 12:10	12:15
12:40	800 m	Masc	Séries	11:10	12:20 - 12:30	12:33
13:00	800 m	Fem	Séries	11:30	12:40 - 12:50	12:53
13:15	110 m Bar (1,00)	Masc	Final	--	12:50 - 13:00	13:05
13:30	100 m Bar (0,84)	Fem	Final	--	13:05 - 13:15	13:20
13:45	4x400 m	Masc	Séries	12:15	13:20 - 13:30	13:35
14:20	4x400 m	Fem	Séries	12:50	13:55 - 14:05	14:10

Regulamento:

https://fpaportalonline.blob.core.windows.net/portalfpa-public/2022/07/Reg_2022_AL_CNac-Sub-20.pdf

Confirmações:

<https://www.fpacompeticoes.pt/1603/competicao>

- **Confirmações dos atletas:**
 - As confirmações serão **realizadas on-line** e estarão disponíveis desde as **19 horas do dia 15 de julho até 90 minutos antes do início de cada prova**, através da plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> sendo necessário que cada clube ou atleta faça o seu login para o efeito. Os atletas podem confirmar através do número do seu documento de identificação.
- **Confirmações das equipas de estafetas:**
 - 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.
 - A marca da estafeta deverá ser indicada, no secretariado da prova, até ao horário limite de confirmação da estafeta.

- 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.
- As corridas de distância igual ou superior a 200m, bem como as corridas de estafetas, serão disputadas por séries.
- Os atletas podem participar num máximo de 4 provas, desde que uma delas seja a estafeta curta (4*100m), sendo permitido o máximo de 2 provas por dia. As provas combinadas são consideradas, para este efeito, como uma prova individual, contanto dessa forma para o limite de provas a disputar.

- Os atletas Sub-18 que participem em corridas ou provas de marcha de distância igual ou superior a 400m, não poderão participar posteriormente nessa jornada noutra corrida, prova de marcha ou concurso com exceção da estafeta de 4x100m.
- No caso de um atleta ter participado na eliminatória de uma prova de corrida ou em ensaios de concurso, que se realizem antes da corrida ou prova de marcha de distância igual ou superior a 400m em que participe, não poderá participar nos ensaios que ainda faltem no concurso ou na final que se realize após esta prova.
- Os atletas Sub-18 podem participar em todas as provas com exceção dos 5.000m e dos 3.000m Obstáculos
- Os atletas Sub-20 que participem em corridas ou provas de marcha de distância igual ou superior a 1.500m, não poderão participar noutra corrida ou prova de marcha nessa jornada, independentemente da ordem de participação nessas provas.

Progressão das fasquias

Altura Fem - 1,40 (+5) - 1,55 (+4) - 1,67 (+3) - 1,70(+2)

Altura Masc - 1,70 (+5) - 1,80 (+4) - 1,96 (+3) - 2,05 (+2)

Vara Fem - 2,10(+15) - 2,70 (+10) - 3,10 (+5)

Vara Masc - 3,20 (+15) - 3,95 (+10) - 4,35 (+5)

Obstaculos

Perimetro da pista com vala (obstaculos) 395,700m.

Engenhos

- A organização autoriza a utilização de engenhos pessoais, desde que homologados, os quais serão disponibilizados para utilização de todos os atletas. Os engenhos devem ser entregues na Câmara de Chamada para verificação até 90 minutos antes da hora marcada para o início da respetiva prova.
- Os engenhos aprovados serão colocados na zona de lançamentos.
- No final da prova os engenhos entregues para verificação poderão ser recolhidos na Câmara de Chamada.

- Será elaborada classificação individual e coletiva. Serão atribuídas medalhas aos atletas classificados nos três primeiros lugares em cada disciplina e género e troféus às três equipas mais pontuadas em cada género.
- Para a classificação coletiva serão pontuados até ao **máximo de 12 atletas por prova**, atribuindo-se ao primeiro classificado 12 pontos, ao segundo classificado 11 pontos, e assim sucessivamente, até 1 ponto ao eventual 12º classificado, sendo que cada clube pode apresentar o número de atletas que desejar por disciplina, desde que sejam possuidores das marcas de qualificação, mas **só pontuarão até um máximo de 3 atletas por clube**, sendo os outros para efeito de pontuação, considerados atletas individuais. A classificação coletiva só considerará os clubes que tenham apresentado 5 atletas com marcas de qualificação a participar.
- Os atletas estrangeiros (**RGC Artigo 6.3**) podem pontuar para a sua equipa, num máximo de 2.
- 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.



- Levantamento de dorsais pelo representante oficial do clube junto do secretariado da competição, com indicação de um número de contacto.
- Os dorsais serão duplos para utilização, no tronco e dorso, por todos os atletas (com exceção dos saltos, em que o atleta pode utilizar apenas um dorsal, no tronco ou dorso, de acordo com a sua vontade).
- O dorsal com o nome do atleta deve ser colocado no tronco e, no caso dos atletas dos saltos que só utilizam um dorsal, deve ser esse o seleccionado.

Prova	Genero	Previsao do Podio
VC Martelo	F	16:50
VC 400m	M	17:01
VC 400m	F	17:05
VC Peso	M	17:21
VC 1.500m	M	17:25
VC salto em Comprimento	F	17:31
VC 1.500m	F	17:46
VC 100M	M	17:51
VC 100M	F	17:56
VC 3.000m Obs	M	18:17
VC Salto com Vara	M	18:28
VC 3.000m Obs	F	18:41
VC Disco	F	18:57
VC 5000m	M	19:01
VC 5000m	F	19:30
VC 4x100m	M	19:55
VC salto em Comprimento	M	20:01
VC 4x100m		20:21
VC Dardo	M	20:35
VC Altura	F	20:50
VC 10.000m Mx	M	21:15
VC 10.000m Mx	F	21:25

- Os atletas devem estar na zona de apoio ao protocolo devidamente vestidos e calçados, 10m antes da hora determinada para realização da cerimónia protocolar.

Prova	Genero	Previsao do Podio
VC 3000m	M	10:26
VC 3000m	F	10:47
VC Martelo	M	10:59
VC Peso	F	11:23
VC Triplo	F	11:31
VC 200m	M	12:02
VC 200m	F	12:22
VC Disco	M	12:28
VC 400M Bar	M	12:48
VC 400M Bar	F	13:09
VC 800m	M	13:32
VC 800m	F	13:50
VC Salto com Vara	F	14:00
VC 110m Bar	M	14:10
VC Triplo	M	14:15
VC 100m Bar	F	14:25
VC Dardo	F	14:31
VC salto em Altura	M	14:45
VC 4x400m	M	14:49
VC 4x400m	F	15:20

- Os atletas devem estar na zona de apoio ao protocolo devidamente vestidos e calçados, 10m antes da hora determinada para realização da cerimónia protocolar.

? Questões ?



Muito obrigado pelo
vosso tempo!

Boa sorte a todos

