

## **CAMPEONATOS NACIONAIS DE MARCHA EM ESTRADA – 35 KM**

## **CAMPEONATOS NACIONAIS DE MARCHA EM ESTRADA DE VETERANOS - 20 KM**

Porto de Mós, 15 de janeiro de 2023

### **NOTA INTRODUTÓRIA**

Dando sequência à calendarização das atividades para a época de 2023, vai a Federação Portuguesa de Atletismo, com a colaboração da Associação Distrital de Atletismo de Leiria, levar a efeito no dia 15 de janeiro o Campeonato Nacional de Marcha em Estrada - 35km para os escalões absolutos. Realizam-se simultaneamente os Campeonatos Nacionais de Veteranos de Marcha na distância de 20 km com regulamento próprio.

### **1. PROGRAMA HORÁRIO**

Hora	Distância	Escalão	Género	Observações
9h00	35 km	Absolutos	Masculino	Campeonato Nacional
9h00	35 km	Absolutos	Feminino	Campeonato Nacional
9h00	20 Km	Veteranos	Masculino	Campeonato Nacional Veteranos
9h00	20 km	Veteranos	Feminino	Campeonato Nacional Veteranos
9h00	15 km	Absolutos	Masculino	Prova Extra
9h00	15 km	Absolutos	Feminino	Prova Extra
9h00	10 Km	Sub-20	Masculino	Prova Extra
9h00	10 Km	Sub-20	Feminino	Prova Extra
9h20	3 Km	Sub-14	Masculino	Prova Extra
9h20	3 Km	Sub-14	Feminino	Prova Extra
10h00	10 km	Sub-18	Masculino	Prova Extra
10h00	5 km	Sub-18	Feminino	Prova Extra
11h00	4 Km	Sub-16	Masculino	Prova Extra
11h00	4 Km	Sub-16	Feminino	Prova Extra

### **2. NORMAS REGULAMENTARES**

2.1. No Campeonato Nacional de 35km poderão participar atletas masculinos e femininos dos escalões de sub-23 e seniores (incluindo veteranos);

2.2. A participação de atletas terá de se enquadrar numa das seguintes situações:

- 2.2.1. Sejam portugueses e estejam filiados numa Associação Distrital ou numa Federação Estrangeira Congénere;
- 2.2.2. Sejam estrangeiros e estejam filiados numa Associação Distrital;
- 2.2.3. Sejam estrangeiros e filiados numa Federação Congénere, e tenham obtido autorização expressa da FPA para participar nesta Competição;
- 2.2.4. Os atletas abrangidos pelas alíneas 2.2.2 e 2.2.3 não terão direito quer ao título de campeão individual quer aos respetivos lugares de honra.

### **3. INSCRIÇÕES**

#### **3.1. Inscrições Preliminares**

- 3.1.1. As inscrições deverão ser feitas pelos clubes ou atletas individuais através da plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> impreterivelmente até às 23:59 horas da segunda-feira, dia 9 de janeiro, de forma a ser efetuada a admissão de atletas.
- 3.1.2. Inscrições de atletas filiados numa Federação estrangeira serão enviadas para a FPA via Federação Membro da World Athletics;

### **4. POSTOS DE ABASTECIMENTO E DE REFRESCAMENTO**

4.1. A organização providenciará postos de abastecimento e refrescamento de acordo com as regras da World Athletics, podendo os participantes utilizar abastecimentos pessoais.

### **5. CLASSIFICAÇÕES**

5.1. Neste campeonato haverá classificação individual e coletiva;

- 5.1.1. Para a classificação coletiva destes Campeonatos Nacionais serão considerados os três (3) primeiros atletas de cada equipa, podendo apenas pontuar um (1) atleta estrangeiro por clube (ver regra dos estrangeiros no Regulamento Geral de Competições).
- 5.1.2. Não será realizado nenhum ajuste nas pontuações das equipas em relação aos membros das equipas que não pontuam ou aos atletas que participam individualmente.

5.1.3. Definida a pontuação das equipas, estas serão seriadas por ordem crescente do

5.1.4. total de pontos obtidos.

5.1.5. Em caso de empate pontual, sairá vencedora a equipa cujo terceiro elemento esteja melhor classificado.

## 6. PRÉMIOS

6.1. Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados dos escalões absoluto e sub-23 (35km);

6.2. Serão atribuídos troféus às três melhores equipas em cada distância e género.

## 7. MARCAS DE QUALIFICAÇÃO (MQ)

Provas	Seniores		Veteranos	
	Masc	Fem	Masc	Fem
35 km	3:08.00,00	3:20.00,00	Sem MQ	

### 7.1. Período de Qualificação

7.1.1. Para as Marcas de Qualificação, serão aceites para efeito de inscrição nestes campeonatos marcas obtidas entre 1 de novembro de 2021 e até ao domingo anterior à competição;