



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO

## Corrida 4 Estações



## PRESSUPOSTOS

A medição da Corrida 4 Estações que se realiza no dia 20 de Fevereiro de 2022, teve por base os seguintes pressupostos:

- Durante a competição, os atletas circularão sempre no sentido do trânsito.
- Durante a competição os atletas não podem utilizar os passeios e/ou zonas para estacionamento de viaturas, se por esse facto resultar qualquer vantagem para os próprios.
- Nos passeios interiores e/ou zonas para estacionamento de viaturas serão colocadas grades, fitas ou outros obstáculos, que interditem aos atletas a sua utilização.
- Durante a competição não existirão viaturas estacionadas, ou outros obstáculos, na parte interior das curvas.
- Durante a competição o trânsito será cortado.

## Notas para Homologação de Recordes:

	Deslocamento e Declive				
	Deslocação	% Deslocação	Altitude	Declive	‰ Declive
<b>Partida</b>	<b>0</b>	<b>&lt; 50 %</b>	<b>19</b>		<b>&lt; 1 ‰</b>
<b>km 5</b>	<b>126</b>	<b>1,3</b>	<b>24</b>	<b>-5</b>	<b>-0,50</b>
<b>Meta</b>	<b>44</b>	<b>0,2</b>	<b>19</b>	<b>0</b>	<b>0,00</b>

## INDÍCE

Pressupostos, Notas para Homologação de Recordes	pág. 1
Índice	pág. 2
Medição, Cálculos e Percurso em Conformidade	pág. 3 e 4
Relatório Técnico da Medição	pág. 5 e 6
Itinerário e Traçado Geral do Percurso	pág. 7
Localização da Partida, da Saída do Parque, dos km 1º e 2º	pág. 8
Localização dos km 3º, 4º, 5º, e 6º	pág. 9
Localização dos km 7º, 8º, 9º e da Entrada no Parque	pág. 10
Localização da Meta	pág. 11
Localização da Base de Calibragem	pág. 12
Gráfico da Altimetria do Percurso	pág. 13

## Medição, Cálculos e Percurso em Conformidade

### 1ª Medição da Corrida 4 Estações em: 2022 02 09

Base de:	200 Metros	Base de:	200 Metros	
382000	384293 2293	714000	716289 2289	
384300	386593 2293	716300	718589 2289	
386600	388893 2293	718600	720889 2289	
388900	391193 2293	720900	723188 2288	
Pré	2293,000	Pós	2288,750	
Const. da Pré	11476,465	Const. da Pós	11455,194	Const. do Dia <b>11465,829</b>

Partida	Calculados		Partida	Metros
	Calculados	Marcados		
1	482000	482000	1000,93	0,93
2	493476	493476	2001,86	1,86
3	504953	504953	3002,78	2,78
4	516429	516429	4003,71	3,71
5	527906	527906	5004,64	4,64
6	539382	539382	6005,57	5,57
7	550859	550859	7006,49	6,49
8	562335	562335	8007,42	7,42
9	573812	573812	9008,35	8,35
<b>Meta</b>		585288	10045,94	45,94

## Medição, Cálculos e Percurso em Conformidade

### 2ª Medição da Corrida 4 Estações em: 2022 02 09

Base de:	200 Metros	Base de:	200 Metros			
382000	384293	2293	714000	716289	2289	
384300	386593	2293	716300	718589	2289	
386600	388893	2293	718600	720889	2289	
388900	391193	2293	720900	723188	2288	
Pré	2293,000		Pós	2288,750		
Const. da Pré	11476,465		Const. da Pós:	11455,194	Const. do Dia	11465,829

### Percurso em Conformidade

	Calculados	Marcados			Metros	Dígitos	
Partida		597300	Partida	Metros			
1		608762	999,67	-0,33	Avançar	-0,33	-4
2		620231	1999,94	-0,06	Avançar	-0,06	-1
3		631697	2999,96	-0,04	Avançar	-0,04	0
4		643163	3999,97	-0,03	Avançar	-0,03	0
5		654630	5000,07	0,07	Recuar	0,07	1
6		666099	6000,35	0,35	Recuar	0,35	4
7		677567	7000,54	0,54	Recuar	0,54	6
8		689039	8001,08	1,08	Recuar	1,08	12
9		700507	9001,27	1,27	Recuar	1,27	15
Meta		712462	10043,93	43,93			

O Percurso estava mais comprido 43,93 metros.

Recuar a Meta 43,93m ou 504 dígitos.

Todos os km são afetados apenas pelo valor da correcção térmica.

O Percurso está em conformidade.

## Relatório Técnico da Medição

### 1. Medidores:

Foi nomeado pela Federação Portuguesa de Atletismo, o Oficial Medidor Internacional António Freire (Grau B).

### 2. Base de Calibragem:

A base de calibragem utilizada foi construída em 09/02/2022, situada no Parque da Canção, paralela ao Parque Verde e tem uma extensão de 200 metros.

### 3. Percurso:

- a) **Distância:** A distância a obter é de 10.000 metros.
- b) **Trajectoria da Medição:** A medição iniciou-se num ponto de partida que não coincide com o da chegada. O traçado utilizado na medição foi o percurso e trajetórias que os atletas irão utilizar e efetuar no dia da competição. Nesta medição respeitaram-se os critérios descritos nos pressupostos.
- c) **Itinerário:** O percurso medido seguiu a trajetória descrita na página 7.  
A maior e menor altitude observada na marcação dos km, foi de 33 metros no km 3º e de 19 metros na Partida, km 1º e na Meta.
- d) **Medição:** A medição teve início no Parque da Canção, 20,70 metros antes da Ponte Pedonal em ferro existente no lado esquerdo do Parque e término no Parque da Canção, 23,40 metros antes do início da Ponte Pedonal em ferro existente no lado direito do Parque. Na primeira medição foi obtido um total de 10045,94 metros e na segunda medição um total de 10043,93 metros. Para efeitos de medição e homologação do percurso, utilizou-se o trajeto mais curto para se efetuarem os devidos acertos. Concluiu-se, assim, que o percurso estava mais comprido 43,93 metros que o determinado para a distância de 10.000 metros.

### 4. Acertos:

A Meta, situada no Parque da Canção, foi corrigida após se efetuarem os cálculos da pós-calibragem e os acertos efetuados com a bicicleta calibrada. Após o término dos devidos acertos, concluiu-se que o percurso aferido ficou com a distância de 10.000 metros, estando a Partida e a Meta, assinalados com pregos e anilhas no asfalto e os restantes km assinalados com tinta no pavimento.

O percurso medido encontra-se **válido até final de dezembro de 2026** e foi considerado **em conformidade** com as regras da World Athletics, estando a deslocação e o declive dentro dos limites permitidos, pelo que **as marcas obtidas poderão ser homologadas**, desde que o Oficial Medidor Grau B ou A verifique o percurso antes da partida e faça o acompanhamento na frente da corrida, para certificar que os atletas cumpriram com o percurso que foi medido.

Em caso de Recorde Nacional, Europeu, Mundial ou outro Recorde reconhecido pela W.A., os resultados só serão homologados se forem cumpridas as seguintes determinações, emanadas pela W.A.:

## Corrida 4 Estações

- a. O atleta terá de se sujeitar ao controlo antidoping no final da competição;
- b. A cronometragem deverá estar a cargo de 3 Juízes Oficiais.  
Se a mesma for do tipo chip, deverá estar homologada e a partida terá de estar sincronizada com o respetivo tiro de partida;
- c. Um Starter Oficial dará o tiro da partida;
- d. Um Árbitro Oficial assistirá ao desenrolar da competição;
- e. O percurso terá que ter o relatório da medição dentro da validade;
- f. O Oficial Medidor, Grau B ou A, deverá verificar o percurso antes da competição e fazer o acompanhamento na frente da corrida, para certificar que os atletas cumpriram com o percurso que foi medido;
- g. Um Documento Oficial deverá ser preenchido e assinado por todos os intervenientes acima designados.

### 5. Considerações Finais:

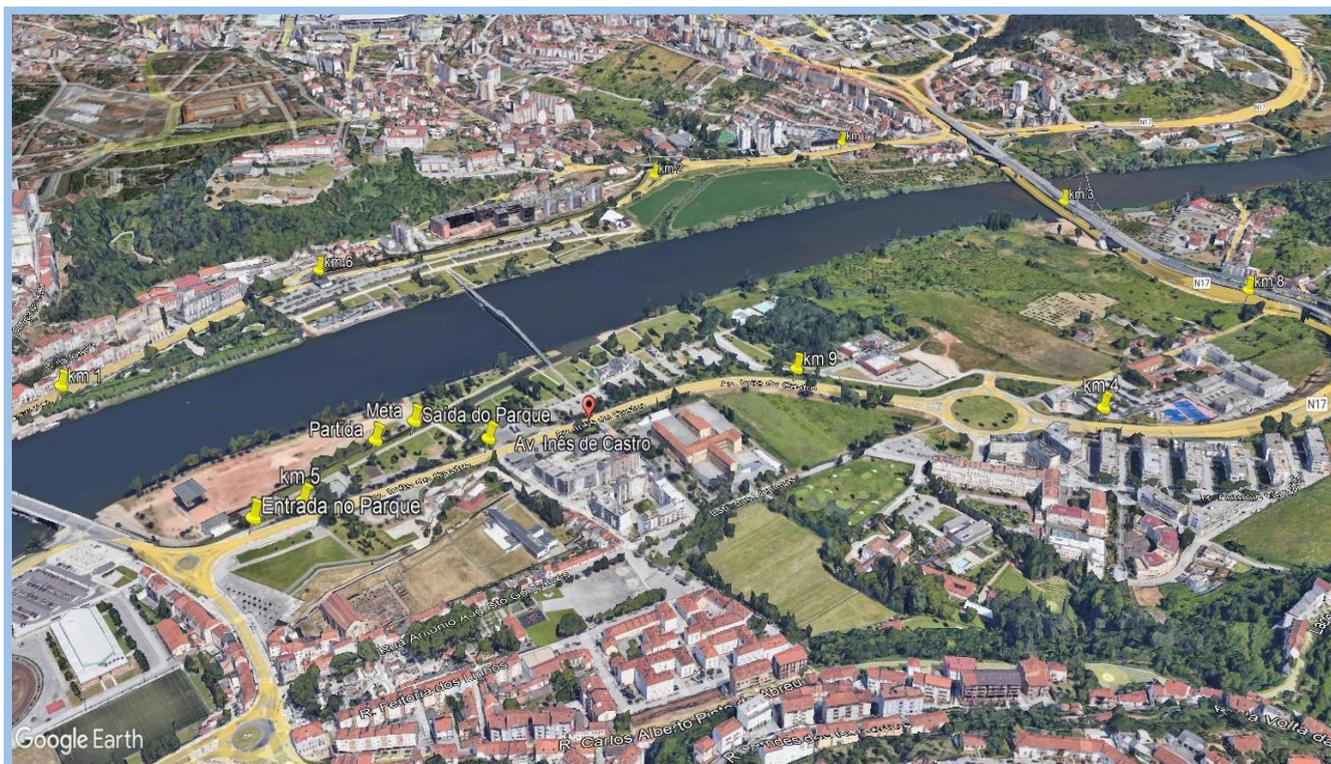
Existiu facilidade de comunicação entre o medidor e a organização. Durante a medição fui sempre acompanhado por elementos da organização, que me prestaram uma preciosa colaboração.

Os elementos da Polícia Municipal, efetuaram um razoável trabalho no que respeita à segurança do medidor e controlo de trânsito durante a medição.

## Itinerário

**Partida** – No Parque da Canção paralela ao Parque Verde, 20,70m antes do início da Ponte Pedonal existente no lado esquerdo, utilizando toda a largura da estrada; Virar à direita e subir a rampa de acesso ao Parque da Canção; Novamente à direita para a Avenida Inês de Castro; Passar a Ponte de Santa Clara; Virar à direita para a Avenida Emídio Navarro, onde se encontra situado o **km 1º**; Avenida da Lousã, onde se encontra situado o **km 2º**; Avenida Cónego Urbano Duarte; Ponte Rainha Santa Isabel, onde se encontra situado o **km 3º**; Saída da Ponte, onde se encontra situado o **km 4º** antes da Rotunda das Lajes; Na Rotunda das Lajes sair na primeira saída utilizando a faixa mais à direita; Avenida Inês de Castro utilizando a faixa mais à direita, onde se encontra situado o **km 5º**; Virar à direita para a Ponte de Santa Clara; Novamente à direita para a Avenida Emídio Navarro; Avenida da Lousã, onde se encontra situado o **km 6º**; Avenida Cónego Urbano Duarte, onde se encontra situado o **km 7º**; Ponte Rainha Santa Isabel, onde se encontra situado o **km 8º**; Rotunda das Lajes; Na Rotunda das Lajes sair na primeira saída utilizando a faixa mais à direita; Avenida Inês de Castro utilizando a faixa mais à direita, onde se encontra situado o **km 9º**; Na Avenida Inês de Castro, após o semáforo que se encontra alinhada com o início da passadeira para peões, virar à direita em curva apertada para a rampa de acesso ao Parque da Canção; Descer a Rampa e percorrer toda a extensão do Parque; Virar à esquerda; Novamente à esquerda, onde se encontra situada a **Meta** 23,40m antes do início da Ponte Pedonal existente no lado direito, utilizando toda a largura da estrada.

## Traçado Geral do Percurso



## LOCALIZAÇÃO da Partida, Saída do Parque da Canção, dos km 1º e 2º

### Partida

Situada no Parque da Canção, 20,70m antes do início da Ponte Pedonal existente no lado esquerdo. (Utilizando toda a largura da estrada)

40° 12'09.4'' N 008° 25'49.4'' O Alt. 19m  
(Prego com anilha no asfalto)



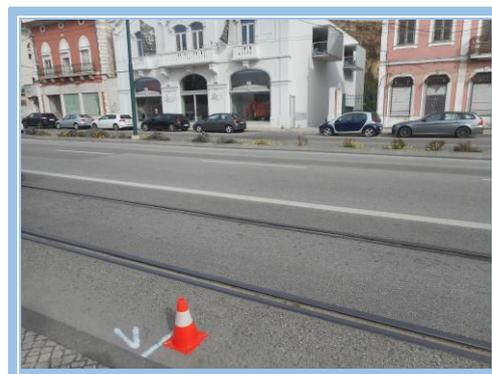
### Saída do Parque da Canção

No final da rampa existente na saída do Parque da Canção, virar à direita para a Avenida Inês de Castro.  
40° 12'05.5'' N 008° 25'50.6'' O Alt. 25m

### 1º km

Na Av. Emídio Navarro, 16,60m após a porta de acesso ao nº 45 "Bixos Zero", situado no lado contrário da via. (Utilizando toda a faixa de rodagem no sentido do Trânsito)

40° 12'21.5'' N 008° 25'41.6'' O Alt. 19m



### 2º km

Na Avenida da Lousã, 12,70m antes do início da tampa da Caixa de Telecomunicações com o nº EN 124 – 2 D400. (Utilizando toda a faixa de rodagem no sentido do Trânsito)

40° 11'54.9'' N 008° 25'18.7'' O Alt. 24m

## LOCALIZAÇÃO dos km 3º, 4º, 5º e 6º

### 3º km

Situado na Ponte Rainha Santa Isabel, 34,40m antes do início do pilar principal. (Utilizando toda a faixa de rodagem no sentido do Trânsito)

40° 11'33.8" N 008° 25'28.4" O Alt. 33m



### 4º km

Na saída da Ponte Europa, 20,20m antes da placa de indicação "A1-Lisboa-Porto; IP3 Viseu; Santa Clara; N110-3; Ceira; Lajes" situada antes da Rotunda das Lajes. (Utilizando toda a faixa de rodagem no sentido do Trânsito)

40° 11'42.8" N 008° 25'54.2" O Alt. 28m



### 5º km

Situado na Avenida Inês de Castro, 2,30m antes da placa de indicação "Santa Clara; Estádio Universitário; A1; IC2 Porto; A14 Figueira da Foz; Viseu; Hospitais". (Utilizando toda a faixa de rodagem no sentido do Trânsito)

40° 12'11.6" N 008° 25'53.8" O Alt. 24m



### 6º km

Na Avenida da Lousã, alinhado com o 1º poste da cobertura das Bombas de Combustível da Prio. (Utilizando toda a faixa de rodagem no sentido do Trânsito)

40° 12'12.5" N 008° 25'30.1" O Alt. 23m

## LOCALIZAÇÃO dos km 7º, 8º, 9º e Entrada no Parque da Canção

### 7º km

Na Avenida Cónego Urbano Duarte, 5,00m antes do final do edifício da EDP que se encontra situado no lado contrário da via. (Utilizando toda a faixa de rodagem no sentido do Trânsito)

40° 11'43.0'' N 008° 25'15.4'' O Alt. 31m



### 8º km

Situado na Ponte Rainha Santa Isabel, alinhado com a placa de informação "IC2-Leiria-Condeixa; IC3-Tomar; IP3-Viseu-Figueira da Foz; IC2-Mealhada-Santa Cruz", existente no tabuleiro superior. (Utilizando toda a faixa de rodagem no sentido do Trânsito)

40° 11'31.4'' N 008° 25'44.3'' O Alt. 30m



### 9º km

Na Avenida Inês de Castro, alinhado com a esquina do Pavilhão pertencente ao Liceu D. Duarte. (Utilizando a faixa de rodagem mais à direita no sentido do Trânsito)

40° 11'53.1'' N 008° 25'47.3'' O Alt. 23m



### Entrada no Parque da Canção

Na Avenida Inês de Castro, após o semáforo que se encontra alinhada com o início da passadeira para peões, virar à direita em curva apertada para a rampa de acesso ao Parque da Canção.

40° 12'13.1'' N 008° 25'54.6'' O Alt. 23m

## LOCALIZAÇÃO da Meta

### Meta

Situada no Parque da Canção, 23,40m antes do início da Ponte Pedonal existente no lado direito. (Utilizando toda a largura da estrada)

40° 12'08.2'' N 008° 25'48.0'' O Alt. 19m  
(Prego com anilha no asfalto)



## LOCALIZAÇÃO da Base de Calibragem de Coimbra

No Parque da Canção – Parque Verde  
2022 02 09 D 200 m

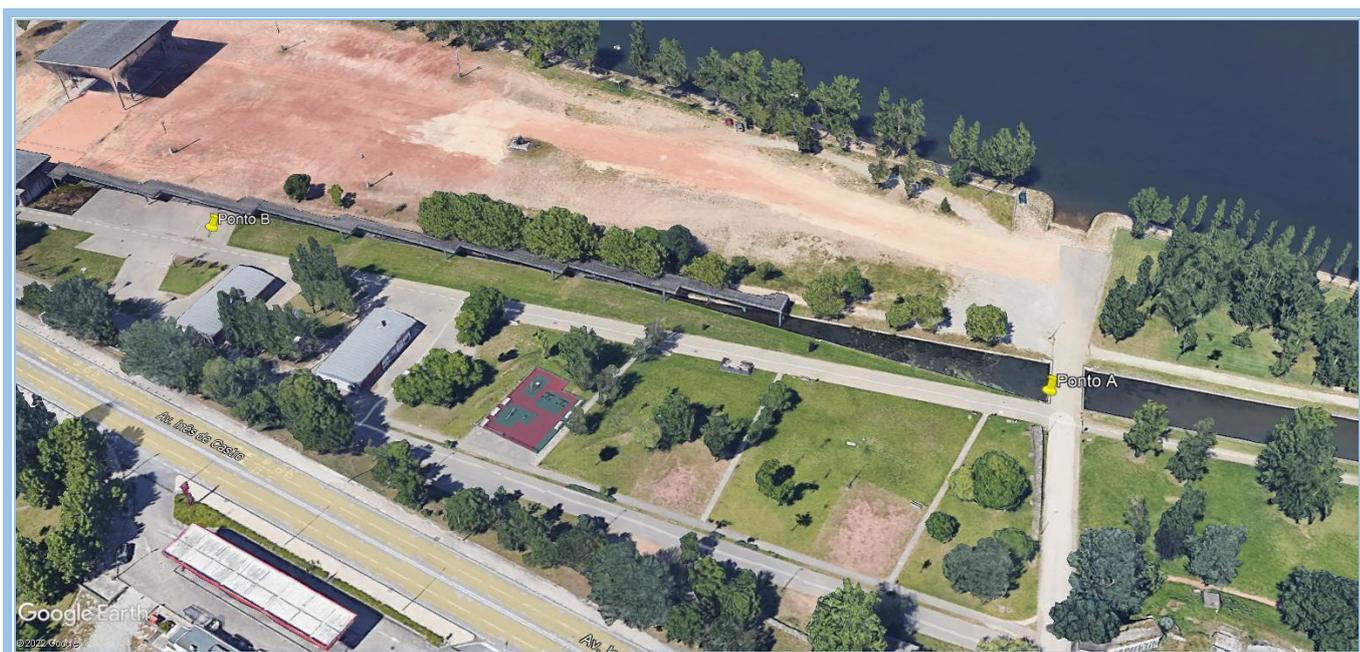
### Ponto A

Situado no Parque da Canção, alinhado com a esquina do viaduto sobre o canal do Rio Mondego.  
40° 12' 13.10" N 008° 25' 54.61" O Alt. 19m  
(Prego com anilha no asfalto)



### Ponto B

Situado no Parque da Canção, alinhado com o final do 4º Portão de acesso ao Parque Verde existente antes do WC.  
40° 12' 12.15" N 008° 25' 52.20" O Alt. 19m  
(Prego e anilha no pavimento).



## Gráfico da Altimetria do Percurso

