

39º CAMPEONATOS NACIONAIS DE ESPERANÇAS EM AR LIVRE

LEIRIA, 1 e 2 de julho de 2023

NOTA INTRODUTÓRIA

Dando sequência à calendarização das atividades para a época de 2022/2023, vai a Federação Portuguesa de Atletismo, com a colaboração da Associação Distrital de Leiria, levar a efeito nos dias 1 e 2 de julho os Campeonatos Nacionais de Esperanças em Ar Livre.

1. PROGRAMA HORÁRIO

Leiria - Estádio Dr Magalhães Pessoa

Sábado - 1 de Julho de 2023						
Horas	Prova	Género	Elim/Ser/Final	Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na Câmara de Chamada	Horário de entrada na Pista
15:45	Martelo (4 kg)	Fem	CNL	14:15	15:00 - 15:10	15:15
17:00	Altura	Fem		15:30	16:15 - 16:25	16:30
17:10	100 m	Masc	Elim	15:40	16:45 - 16:55	17:00
17:15	Vara	Masc		15:45	16:00 - 16:10	16:15
17:20	Comprimento	Masc		15:50	16:35 - 16:45	16:50
17:20	Disco (1 kg)	Fem	CNL	15:50	16:35 - 16:45	16:50
17:28	100 m	Fem	Elim	15:58	17:03 - 17:13	17:18
17:55	400 m	Masc	Séries	16:25	17:30 - 17:40	17:45
18:16	400 m	Fem	Séries	16:46	17:51 - 18:01	18:06
18:25	1 500 m	Masc	Séries	16:55	18:05 - 18:15	18:18
18:45	Comprimento	Fem		17:15	18:00 - 18:10	18:15
18:46	1 500 m	Fem	Séries	17:16	18:26 - 18:36	18:39
18:55	100 m	Masc	Final	-- --	18:30 - 18:40	18:45
19:00	Peso (7,260 kg)	Masc	CNL	17:30	18:15 - 18:25	18:30
19:00	Martelo (4 kg)	Fem	Extra - CNL	17:30	18:15 - 18:25	18:30
19:00	Martelo (5 kg)	Masc	Extra - CNL	17:30	18:15 - 18:25	18:30
19:00	Martelo (6 kg)	Masc	Extra - CNL	17:30	18:15 - 18:25	18:30
19:05	100 m	Fem	Final	-- --	18:40 - 18:50	18:55
19:15	3 000 m Obst	Masc	Séries	17:45	18:55 - 19:05	19:08
19:30	Dardo (800 g)	Masc		18:00	18:45 - 18:55	19:00
19:30	3 000 m Obst	Fem	Séries	18:00	19:10 - 19:20	19:23
19:50	4x100 m	Masc	Séries	18:20	19:25 - 19:35	19:40
20:05	4x100 m	Fem	Séries	18:35	19:40 - 19:50	19:55
20:15	10 000 m Marcha	Masc	Pistas 1 a 4	18:45	19:55 - 20:05	20:08
20:15	10 000 m Marcha	Fem	Pistas 5 a 8	18:45	19:55 - 20:05	20:08

Domingo - 2 de Julho de 2023

Horas	Prova	Género	Elim/Ser/Final	Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na Câmara de Chamada	Horário de entrada na Pista
09:10	Martelo (7,260 kg)	Masc	CNL	07:40	08:25 - 08:35	08:40
09:10	5 000 m	Masc	Séries	07:40	08:50 - 09:00	09:03
09:30	Triplo Salto	Fem		08:00	08:45 - 08:55	09:00
09:35	5 000 m	Fem	Séries	08:05	09:15 - 09:25	09:28
09:40	Altura	Masc		08:10	08:55 - 09:05	09:10
09:45	Vara	Fem		08:15	08:30 - 08:40	08:45
10:15	110 m Bar (1,06)	Masc	Elim	08:45	09:50 - 10:00	10:05
10:30	Disco (2 kg)	Masc	CNL	09:00	09:45 - 09:55	10:00
10:40	100 m Bar (0,84)	Fem	Elim	09:10	10:15 - 10:25	10:30
11:15	200 m	Masc	Séries	09:45	10:50 - 11:00	11:05
11:15	Peso (4 kg)	Fem	CNL	09:45	10:30 - 10:40	10:45
11:20	Triplo Salto	Masc		09:50	10:35 - 10:45	10:50
11:36	200 m	Fem	Séries	10:06	11:11 - 11:21	11:26
12:05	400 m Bar (0,91)	Masc	Séries	10:35	11:40 - 11:50	11:55
12:30	400 m Bar (0,76)	Fem	Séries	11:00	12:05 - 12:15	12:20
12:30	Dardo (600 g)	Fem		11:00	11:45 - 11:55	12:00
12:50	800 m	Masc	Séries	11:20	12:30 - 12:40	12:43
13:11	800 m	Fem	Séries	11:41	12:51 - 13:01	13:04
13:35	110 m Bar (1,06)	Masc	Final	-- --	13:10 - 13:20	13:25
13:45	100 m Bar (0,84)	Fem	Final	-- --	13:20 - 13:30	13:35
14:00	Disco (1 kg)	Fem	Extra - CNL	12:30	13:15 - 13:25	13:30
14:00	4x400 m	Masc	Séries	12:30	13:35 - 13:45	13:50
14:10	4x400 m	Fem	Séries	12:40	13:45 - 13:55	14:00

MODO DE PROGRESSÃO DAS FASQUIAS

Disciplina	Género	Progressão
Altura	Fem.	1,49 (+4) --> 1,61 (+3) --> 1,67 (+2)
Altura	Masc.	1,75 (+5) --> 1,85 (+4) --> 1,97 (+3) --> 2,09 (+2)
Vara	Fem.	2,40 (+15) --> 3,00 (+10) --> 3,40 (+5)
Vara	Masc.	3,40 (+20) --> 4,00 (+15) --> 4,60 (+10) --> 5,00 (+5)

2. NORMAS REGULAMENTARES

2.1. Poderão participar atletas masculinos e femininos, dos escalões de sub-20 e sub-23 que tenham obtido as marcas que se indicam na Tabela de Marcas de Qualificação que constam no ponto 8 deste regulamento, dentro do período estipulado e que se enquadrem numa das seguintes situações:

2.1.1. Sejam Portugueses e estejam filiados numa Associação Distrital ou numa Federação Estrangeira Congénere;

2.1.2. Sejam estrangeiros e estejam filiados numa Associação Distrital;

2.1.3. Sejam estrangeiros filiados numa Federação Congénere, e tenham obtido autorização expressa da FPA para participar nesta Competição.

2.1.4. Os atletas referidos em 2.1.3 não terão direito quer ao título de Campeão individual quer aos respetivos lugares de honra e os mesmos não poderão aceder às finais.

2.1.5. Os atletas estrangeiros menores de 18 anos à data da prova, e abrangidos pela alínea 2.1.2, consideram-se, para este efeito, portugueses desde que tenham estado filiados na FPA pelo menos durante duas épocas completas.

2.1.6. A participação dos atletas estrangeiros, referidos em 2.1.2., com a exceção dos abrangidos pelo ponto 2.1.5., far-se-á nos seguintes termos:

Nestes Campeonatos Nacionais, cada clube poderá apresentar mais do que dois (2) atletas estrangeiros, mas apenas poderá pontuar com dois (2) deles. Esses atletas deverão ser previamente identificados e só esses poderão ter acesso às finais de cada disciplina.

2.2. 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;

2.3. Nas estafetas apenas poderá participar uma equipa de cada clube;

2.3.1. Não é permitida a inscrição de equipas de estafetas constituídas por atletas individuais ou por atletas de diferentes clubes;

2.4. As corridas de distância igual ou superior a 200 metros e as corridas de estafetas, serão disputadas por séries;

- 2.5. Os atletas sub-20 que participem em corridas ou provas de marcha de distância igual ou superior a 1.500 metros, não poderão participar noutra corrida ou prova de marcha nessa jornada, independentemente da ordem de participação nessas provas;
- 2.6. Os atletas só poderão participar em duas (2) provas por jornada, num máximo de quatro (4) no conjunto das duas jornadas, desde que uma das provas seja de estafetas.
- 2.7. As Provas Combinadas são consideradas uma prova individual, pelo que esta situação deve ser tomada em atenção, para os atletas que participaram no Campeonato Nacional de Provas Combinadas em Ar Livre.
- 2.7.1. Se porventura qualquer atleta participe neste campeonato em algumas das provas e não a conclua, tal será considerado como já tendo uma prova realizada.

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 26 de junho;
- 3.1.2. Inscrições de atletas filiados numa Federação estrangeira serão enviadas para a FPA via Federação Membro da World Athletics;
- 3.1.3. Cada atleta deverá ser inscrito apenas no número máximo de provas permitido pelo regulamento.

3.2. Confirmação das Inscrições

- 3.2.1. As confirmações serão realizadas on-line e estarão disponíveis entre as 19:00 horas do dia 30 de junho, sexta-feira e 90 minutos antes do início de cada prova em <https://fpacompeticoes.pt/> sendo necessário que cada clube ou atleta faça o seu login para o efeito. Os atletas poderão também fazer a confirmação da sua prova através do seu número de documento de identificação
- 3.2.2. 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 fpacompeticoes@fpatletismo.pt.

3.2.3. 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.

4. MODOS DE APURAMENTO E CONSTITUIÇÃO DAS SÉRIES

- 4.1. Os modos de apuramento para as finais das corridas serão decididos pelos Delegados Técnicos com base no número de atletas que confirmem a sua participação e, sempre que possível, nas Regras da World Athletics.
- 4.2. Os delegados técnicos também decidirão a distribuição dos atletas pelas séries de acordo com as regras da World Athletics.

5. HOMOLOGAÇÃO DE ENGENHOS

- 5.1. A organização autoriza a utilização de engenhos pessoais, desde que homologados, os quais serão disponibilizados para utilização de todos os atletas.
- 5.2. Assim, os engenhos devem ser entregues na Câmara de Chamada para homologação até 1h 30m antes da hora marcada para o início da prova respetiva.
- 5.3. Os engenhos aprovados serão colocados na zona de lançamentos.
- 5.4. No final da prova os engenhos aprovados e utilizados na mesma, e os não aprovados, poderão ser levantados na Câmara de Chamada.

6. CLASSIFICAÇÕES

- 6.1. Nestes Campeonatos existirá classificação individual e coletiva.
- 6.2. 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 2 (dois) atletas por clube, sendo os outros para efeito de pontuação, considerados atletas individuais.
- 6.3. As classificações obtidas no Campeonato Nacional de Provas Combinadas em Ar Livre, também serão consideradas para este efeito.

- 6.4. Nestes Campeonatos serão elegíveis para pontuar até ao máximo de 8 atletas pontuáveis por prova, de acordo com o ponto anterior, atribuindo-se ao primeiro classificado 8 pontos, ao segundo atleta pontuável 7 pontos, e assim sucessivamente, até 1 ponto ao eventual 8º atleta pontuável.
- 6.5. Cada clube poderá pontuar com um máximo de dois (2) atletas estrangeiros independentemente da sua nacionalidade.
- 6.6. Os atletas estrangeiros menores de 18 anos à data da prova, desde que tenham estado filiados na FPA em pelo menos duas épocas completas, não serão considerados, para este efeito, estrangeiros.
- 6.7. Nestes Campeonatos, a classificação coletiva só considerará os clubes que tenham apresentado no mínimo três (3) atletas com marca de qualificação a participarem em provas individuais.
- 6.8. A soma dos pontos dos atletas de cada clube ditará a pontuação dos mesmos.
- 6.9. Definida a pontuação das equipas, estas serão seriadas por ordem decrescente do total de pontos obtidos.
- 6.10. 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.

7. PRÉMIOS

- 7.1. Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados em cada disciplina e troféus às três equipas mais pontuadas.

8. SISTEMA DE QUALIFICAÇÃO

8.1. PERÍODO DE QUALIFICAÇÃO

- 8.1.1. Serão aceites para efeito de inscrição neste campeonato marcas obtidas entre 1 de novembro de 2021 e o último domingo antes do campeonato;

8.2. TABELA DE MARCAS DE QUALIFICAÇÃO

DISCIPLINAS	MASCULINOS	FEMININOS
100 m	11.10	12.70
200 m	22.70	26.30
400 m	50.70	60.50
800 m	1:56.00	2:19.00
1500 m	4:00.00	4:50.00
5000 m	15:10.00	19:10.00
3000m obst.	10:00.00	12:00.00
Marcha	56:00.00	1:04:30
110/100 mb	16.50	16.60
400 mb	58.50	69.50
Comprimento	6.95	5.40
Altura	1.85	1.55
Triplo	13.70	11.25
Vara	3.90	2.60
Peso	11,60	11,10
Disco	35,00	35,00
Martelo	36,00	36,00
Dardo	45,00	33,00
Decatlo/Heptatlo	Decatlo 5100 Heptatlo 3900	Heptatlo 3500 Pentatlo 2900

8.3. ACESSO EXTRAORDINÁRIO

8.3.1. Poderão ainda ser aceites excepcionalmente nestes campeonatos atletas portugueses ou estrangeiros sem as Marcas de Inscrição definidas em 8.2.

8.3.2. Estes atletas admitidos em circunstâncias especiais ou omissas não serão considerados para efeitos de classificação coletiva.