94º CAMPEONATOS NACIONAIS DE SUB-20 EM AR LIVRE

ABRANTES, 15 e 16 de julho 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 Santarém, levar a efeito nos dias 15 e 16 de julho os Campeonatos Nacionais de Sub-20 em Ar Livre.

1. PROGRAMA HORÁRIO

Abrantes - Pista de Atletismo

Sábado - 15 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**
15:00	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
15:47	100 m	Fem	Elim	14:17	15:22 - 15:32	15:37
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
16:16	400 m	Masc	Séries	14:46	15:51 - 16:01	16:06
16:34	400 m	Fem	Séries	15:04	16:09 - 16:19	16:24
16:45	Disco (1 kg)	Fem		15:15	16:00 - 16:10	16:15
16:50	1 500 m	Masc	Séries	15:20	16:30 - 16:40	16:43
17:10	1 500 m	Fem	Séries	15:40	16:50 - 17:00	17:03
17:25	100 m	Masc	Final	-- --	17:00 - 17:10	17:15
17:30	Altura	Fem		16:00	16:45 - 16:55	17:00
17:34	100 m	Fem	Final	-- --	17:09 - 17:19	17:24
17:45	3 000 m Obst	Masc	Séries	16:15	17:25 - 17:35	17:38
17:55	Comprimento	Masc		16:25	17:10 - 17:20	17:25
18:03	3 000 m Obst	Fem	Séries	16:33	17:43 - 17:53	17:56
18:22	5 000 m	Masc		16:52	18:02 - 18:12	18:15
18:40	Dardo (800 g)	Masc		17:10	17:55 - 18:05	18:10
18:45	5 000 m	Fem		17:15	18:25 - 18:35	18:38
19:15	4x100 m	Masc	Séries	17:45	18:50 - 19:00	19:05
19:37	4x100 m	Fem	Séries	18:07	19:12 - 19:22	19:27
19:50	10 000 m Marcha	Masc	Pistas 1 a 4	18:20	19:30 - 19:40	19:43
19:50	10 000 m Marcha	Fem	Pistas 5 a 8	18:20	19:30 - 19:40	19:43

PARCEIROS INSTITUCIONAIS
PATROCINADORES

Domingo - 16 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**
09:00	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
09:55	3 000 m	Fem	Séries	08:25	09:35 - 09:45	09:48
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
10:40	Disco (1,750 kg)	Masc		09:10	09:55 - 10:05	10:10
10:45	100 m Bar (0,84)	Fem	Elim	09:15	10:20 - 10:30	10:35
11:00	Altura	Masc		09:30	10:15 - 10:25	10:30
11:05	200 m	Masc	Séries	09:35	10:40 - 10:50	10:55
11:32	200 m	Fem	Séries	10:02	11:07 - 11:17	11:22
12:00	Triplo Salto	Masc		10:30	11:15 - 11:25	11:30
12:12	400 m Bar (0,91)	Masc	Séries	10:42	11:47 - 11:57	12:02
12:32	400 m Bar (0,76)	Fem	Séries	11:02	12:07 - 12:17	12:22
12:50	Dardo (600 g)	Fem		11:20	12:05 - 12:15	12:20
12:52	800 m	Masc	Séries	11:22	12:32 - 12:42	12:45
13:06	800 m	Fem	Séries	11:36	12:46 - 12:56	12:59
13:20	110 m Bar (1,00)	Masc	Final	-- --	12:55 - 13:05	13:10
13:35	100 m Bar (0,84)	Fem	Final	-- --	13:10 - 13:20	13:25
13:50	4x400 m	Masc	Séries	12:20	13:25 - 13:35	13:40
14:18	4x400 m	Fem	Séries	12:48	13:53 - 14:03	14:08

MODO DE PROGRESSÃO DAS FASQUIAS

Disciplina	Género	Progressão
Altura	Fem.	1,45 (+4) --> 1,57 (+3) --> 1,66 (+2)
Altura	Masc.	1,65 (+5) --> 1,75 (+4) --> 1,87 (+3) --> 1,96 (+2)
Vara	Fem.	2,10 (+15) --> 2,70 (+10) --> 3,20 (+5)
Vara	Masc.	2,80 (+15) --> 3,40 (+10) --> 3,90 (+7) --> 4,18 (+5)

2. NORMAS REGULAMENTARES

2.1. Poderão participar atletas masculinos e femininos, do escalão de sub-18 e sub-20 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.

2.1.6. A participação dos atletas estrangeiros, referidos em 2.1.2. e 2.1.3 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, bem como as corridas de estafetas, serão disputadas por séries.

2.5. Os atletas Sub-18 podem participar em todas as provas com exceção dos 5.000m e dos 3.000m Obstáculos.

2.6. Os atletas Sub-18 que participem em corridas ou provas de marcha de distância igual ou superior a 400 metros, não poderão participar posteriormente nessa jornada noutra corrida, prova de marcha ou concurso.

2.6.1. No caso de um atleta participar na eliminatória de uma prova de corrida ou concurso, que se realizem antes da corrida ou prova de marcha de distância igual ou superior a 400 metros em que participe, não poderá participar nos ensaios que ainda faltem no concurso ou na final que se realize após esta prova.

2.7. Os atletas Sub-18 poderão participar em duas (2) provas por jornada, num máximo de três (3) no conjunto das duas jornadas.

2.8. 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.

2.9. Os atletas Sub-20, 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.

2.10. 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.

2.10.1. Se porventura qualquer atleta participe neste campeonato em algumas das provas e não o 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 10 de julho.

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 14 de julho, 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

4.1. Os modos de apuramento nas 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.

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 verificação até 90 minutos antes da hora marcada para o início da respetiva prova.

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 recolhidos 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 3 (três) 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. 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.

6.5. Cada clube poderá pontuar com um máximo de dois (2) atletas estrangeiros independentemente da sua nacionalidade.

6.6. Os atletas menores de 18 anos à data da prova, desde que tenha estado filiados na FPA em pelo menos duas épocas, 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 atletas classificados nos três primeiros lugares em cada disciplina e género e troféus às três equipas mais pontuadas em cada género.

7.2. Só têm direito ao título de campeão individual e respetivo lugar de honra, os Atletas com nacionalidade portuguesa, salvo se for menor de idade e tenha estado filiado na FPA em pelo menos duas épocas.

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 até ao domingo anterior ao campeonato;

8.2. TABELA DE MARCAS DE QUALIFICAÇÃO

DISCIPLINAS	MASCULINOS	FEMININOS
100m	11.30	12.80
200m	23.10	26.60
400m	51.70	61.50
800m	2:00.00	2:20.00
1500m	4:08.00	4:55.00
3000m	9:10.00	11:00.00
5000m	16:40.00 9:25.00 (3000)	20:00.00 11:25.00 (3.000)
3000m obst	10:40.00 6:30.00 (2.000 ob.)	14:00.00 7:45.00 (2000 ob)
Marcha	58:00.00 26:00.00 (5000)	1:07:00 (10.000) 29:30.00 (5000)
110/100m barr	16.50 (1m) 17.00 (1.06) 15.70 (0.91)	17.20 (0.84) 16.00 (0.76)
400mb	60.00	71.00
Comprimento	6.60	5.30
Altura	1.80	1.50
Triplo	13.00	10.80
Vara	3.50	2.40
Peso	12,00	10,50
Disco	34,50	30,50
Martelo	37,00	34,00
Dardo	42,00	28,50
Decatlo/Heptatlo	Decatlo 4600 Heptatlo 3500	Heptatlo 3000 Pentatlo 2500

8.3. ACESSO EXTRAORDINÁRIO

8.3.1. Poderão ainda ser aceites excecionalmente 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.