



Reunião Técnica  
13 de jun 2024  
Campeonatos Nacionais de Sub16 ao ar livre

VISEU | 15 de junho de 2024



**Boas Vindas**

Paulo Bernardo – Representante da Direção da Federação Portuguesa de Atletismo

| Função                              | Nome   |
|-------------------------------------|--|
| <b>Representante da Direção FPA</b> | Paulo Bernardo                                 |
| <b>Júri de Apelo</b>                | A constituir, em caso de necessidade           |
| <b>Delegado Técnico</b>             | Argentina Cordeiro (ADAC)                      |
| <b>Diretor de Competição</b>        | António Fragoso (AAG)                          |
| <b>Diretor Técnico</b>              | Teodoro Marújo (AAL)                           |
| <b>Diretor de Reunião</b>           | Tiago Figueiredo (AAV)                         |
| <b>Cronometragem Automática</b>     | Miguel Costa (AAL) (JC) e Vasco Alves (AAP)    |
| <b>Ábitro Câmara de Chamada</b>     | Carla Oliveira (ASAS)                          |
| <b>Provas de Pista</b>              | Elisabete Simão (AAL)                          |
| <b>Ábitro de Concursos</b>          | Cláudia Carvalhido (AAB) e Mário Ferraz (ADAC) |
| <b>Ábitro de Provas Combinadas</b>  | Paulo Lopes (AAV)                              |

## ESTÁDIO MUNICIPAL DO FONTELO - VISEU

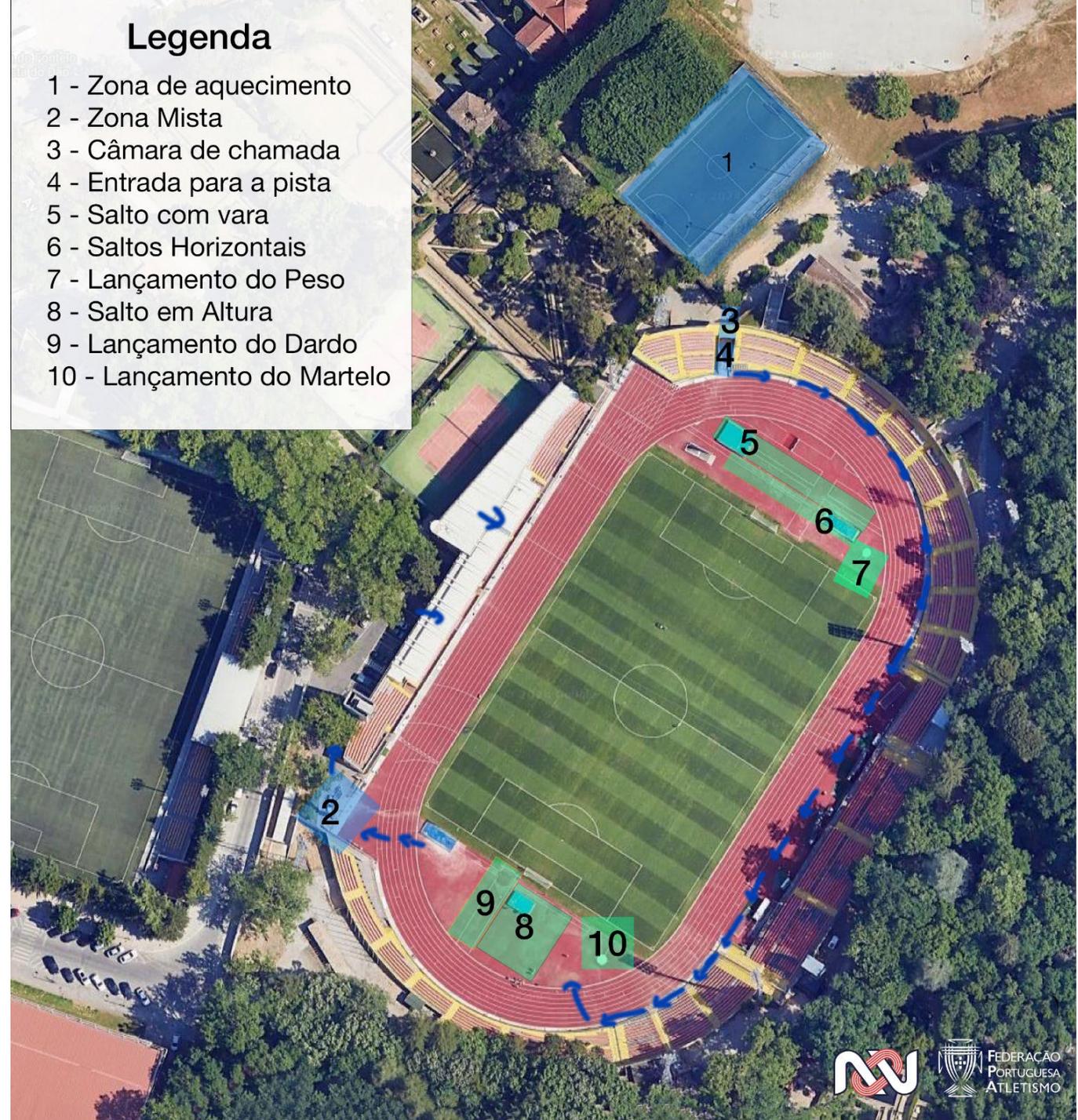


**Av. José Relvas, 6 Viseu**  
**[40.659619,-7.9029649,542](#)**

## Mapa Geral de Fluxos

### Legenda

- 1 - Zona de aquecimento
- 2 - Zona Mista
- 3 - Câmara de chamada
- 4 - Entrada para a pista
- 5 - Salto com vara
- 6 - Saltos Horizontais
- 7 - Lançamento do Peso
- 8 - Salto em Altura
- 9 - Lançamento do Dardo
- 10 - Lançamento do Martelo



## Horário

| Horário | Prova            | Género |          | Hora limite da confirmação | Horário de apresentação na Câmara de Chama | Horário de entrada na Pista |
|---------|------------------|--------|----------|----------------------------|--|-----------------------------|
| 14:00   | 4x80 m           | Mista  | Séries   | 12:30                      | 13:35 - 13:45                              | 13:50                       |
| 14:05   | Peso (4 kg)      | M      |          | 12:35                      | 13:20 - 13:30                              | 13:35                       |
| 14:25   | Altura           | M      |          | 12:55                      | 13:40 - 13:50                              | 13:50                       |
| 14:30   | Martelo (3 kg)   | F      |          | 13:00                      | 13:45 - 13:55                              | 13:55                       |
| 14:35   | 80 m             | F      | Tetratlo | 13:05                      | 14:10 - 14:20                              | 14:25                       |
| 14:40   | Comprimento      | F      |          | 13:10                      | 13:55 - 14:05                              | 14:10                       |
| 15:00   | 100 m bar (0,84) | M      | Tetratlo | 13:30                      | 14:35 - 14:45                              | 14:50                       |
| 15:20   | 80 m bar (0,76)  | F      | Elim     | 13:50                      | 14:55 - 15:05                              | 15:10                       |
| 15:55   | 80 m             | M      | Elim     | 14:25                      | 15:30 - 15:40                              | 15:45                       |
| 16:00   | Peso (3 kg)      | F      | Tetratlo | ---                        | ---  | ---                         |
| 16:10   | Vara             | F      |          | 14:40                      | 14:55 - 15:05                              | 15:10                       |
| 16:20   | 80 m             | F      | Elim     | 14:50                      | 15:55 - 16:05                              | 16:10                       |
| 16:48   | Comprimento      | M      | Tetratlo | ---                        | ---  | ---                         |
| 17:00   | Martelo (4 kg)   | M      |          | 15:30                      | 16:15 - 16:25                              | 16:25                       |
| 17:05   | 300 m bar (0,76) | M      | Séries   | 15:35                      | 16:40 - 16:50                              | 16:55                       |
| 17:15   | Altura           | F      | Tetratlo | ---                        | ---  | ---                         |
| 17:47   | 300 m bar (0,76) | F      | Séries   | 16:17                      | 17:22 - 17:32                              | 17:37                       |
| 18:15   | Peso (4 kg)      | M      | Tetratlo | ---                        | ---  | ---                         |
| 18:27   | Triplo           | M      |          | 16:57                      | 17:42 - 17:52                              | 17:57                       |
| 18:40   | Dardo (500 g)    | F      |          | 17:10                      | 17:55 - 18:05                              | 18:05                       |
| 18:45   | 80 m bar (0,76)  | F      | Final    | ---                        | 18:20 - 18:30                              | 18:35                       |
| 18:55   | 800 m            | M      | Séries   | 17:25                      | 18:35 - 18:45                              | 18:48                       |
| 19:11   | 800 m            | F      | Séries   | 17:41                      | 18:51 - 19:01                              | 19:04                       |
| 19:30   | 80 m             | M      | Final    | ---                        | 19:05 - 19:15                              | 19:20                       |
| 19:40   | 80 m             | F      | Final    | ---                        | 19:15 - 19:25                              | 19:30                       |
| 19:50   | 800 m            | F      | Tetratlo | ---                        | ---  | ---                         |
| 20:00   | 1000 m           | M      | Tetratlo | ---                        | ---  | ---                         |
| 20:10   | 1500 m Obst      | M      |          | 18:40                      | 19:50 - 20:00                              | 20:03                       |
| 20:30   | 1500 m Obst      | F      |          | 19:00                      | 20:10 - 20:20                              | 20:23                       |

- **Confirmações dos atletas:**

- Online, na plataforma FPA Competições - em <https://fpacompeticoes.pt/>
- Desde as 19:00 horas de 6ªfeira, mantendo-se abertas **até 1h30 antes de cada prova, ou, da primeira série das provas disputadas dessa forma;**

- **Substituições/alterações de ordem de última hora - estafetas:**

- Carecem de autorização do Delegado Técnico e só poderão ser autorizadas se:
  - A substituição for devida a razões de ordem médica/saúde e o pedido for solicitado **antes da hora de início (a que consta do programa horário oficial), de entrada na câmara de chamada.**
  - Para **alterações de ordem de participação na corrida de estafetas**, o critério de horário a aplicar será o mesmo que o mencionado no parágrafo anterior.

Não é permitida a participação, **no mesmo dia**, em mais do que uma prova individual de corrida ou marcha de distância igual ou superior a **300m**.

Os atletas poderão participar em até 2 (duas) provas, nesta competição.

Os atletas que confirmem a sua participação nas provas combinadas, não poderão participar em mais nenhuma prova da competição, contando a sua pontuação a dobrar para a classificação coletiva.

A ordem da estafeta será atleta masculino - feminino – masculino – feminino .

A organização autoriza a utilização de engenhos pessoais, desde que homologados, os quais serão disponibilizados para utilização de todos os atletas. 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.**

Os engenhos aprovados serão colocados na zona de lançamentos e, no final da prova, os engenhos aprovados, e os não aprovados, poderão ser recolhidos na Câmara de Chamada.



**MANUEL**

**11**

A20KM

Sebastião Manuel

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



**FRENTE**



**11**

**Sebastião Manuel**

A20KM

MANUEL

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



**COSTAS**

- Levantamento de dorsais pelo representante do clube, junto da **Gestão da Competição – Delegado Técnico**, com indicação de um número de telemóvel para contacto em caso de necessidade.
- **Cada atleta terá de usar 2 dorsais**, em todas as corridas e lançamentos.
- **Nos saltos poderá ser utilizado apenas 1**, que o atleta colocará no peito ou no dorso, de acordo com a sua preferência. Caso opte por utilizar apenas 1, este deverá ser o indicado como “FRENTE”.
- O dorsal terá que ser utilizado na totalidade da sua extensão, não podendo ser dobrado, rasgado ou reduzido de qualquer outra forma.

- O Delegado Técnico pode decidir iniciar a prova a alturas inferiores às indicadas, desde que respeitem os incrementos acima referidos e caso seja possível de executar com as condições materiais existentes no local da competição.

### Provas Individuais

| Disciplina | Género | Progressão                          |
|------------|--------|-------------------------------------|
| Altura     | Masc.  | 1,50 (+6) → 1,62 (+4) → 1,78 (+2)   |
| Vara       | Fem.   | 1,85 (+15) → 2,15 (+10) → 2,45 (+5) |

### Provas Combinadas

| Disciplina        | Género | Progressão |
|-------------------|--------|------------|
| Altura (Tetratlo) | Fem.   | 1,20 (+3)  |

- **Permitido** a todos os atletas participantes que estejam a competir por clubes nacionais (atletas portugueses ou estrangeiros);
- **Não permitido** a todos os atletas estrangeiros individuais.

- Terão direito aos lugares de honra, os **3 primeiros classificados nacionais de cada evento**, ou outros que, **sendo estrangeiros**, sejam menores de idade e estejam matriculados numa escola portuguesa há, pelo menos, um ano escolar (desde 2022/2023 ou antes).

Listagem de atletas estrangeiros, e atletas não portugueses, mas considerados nacionais nesta competição

Atletas estrangeiros que  
a) não podem ir ao pódio

Estafeta com algum atleta estrangeiro não pode ir ao pódio

|                                | Clube   | Género | Nome               | Dorsal | Data Nasc  | Nacionalidade | Obs |
|--------------------------------|---------|--------|--------------------|--------|------------|---------------|-----|
| Considerado "Atleta português" | A20KM   | M      | Sebastião Manuel   | 11     | 30/03/2009 | ANG           |     |
|                                | AABV    | M      | Kleber Neto        | 13     | 16/04/2010 | BRA           | a)  |
| Considerado "Atleta português" | ACPV    | F      | Gabriela Duarte    | 34     | 09/09/2009 | BRA           |     |
| Considerado "Atleta português" | ACPV    | M      | Mateus Alves       | 38     | 25/07/2010 | BRA           |     |
| Considerado "Atleta português" | ACPV    | M      | Makoto Levene      | 37     | 15/02/2009 | MOZ           |     |
|                                | ADAAL   | M      | Klaas Edward Aling | 47     | 31/03/2010 | IRL           | a)  |
|                                | ADCL    | M      | Hugo Casañas       | 49     | 21/10/2009 | ESP           | a)  |
|                                | ADECT   | F      | Kiara Young        | 51     | 21/10/2010 | GBR           | a)  |
|                                | ADECT   | M      | Tiago Flanagan     | 54     | 30/01/2010 | IRL           | a)  |
|                                | AJS     | F      | Michela Durão      | 96     | 25/08/2010 | MOZ           | a)  |
|                                | CAP     | F      | Angélica Pedro     | 126    | 12/04/2009 | FRA           | a)  |
| Considerado "Atleta português" | CASJ    | F      | Nicolle Ghirlanda  | 136    | 09/01/2009 | SUI           |     |
| Considerado "Atleta português" | CATUNES | M      | Eduardo Alano      | 141    | 30/03/2009 | BRA           |     |
|                                | CDQ     | F      | Nilà Viala         | 156    | 14/05/2009 | FRA           | a)  |
|                                | COP     | F      | Deborah Ponciano   | 182    | 22/10/2009 | BRA           | a)  |
|                                | GDE     | F      | Agusneli Barreto   | 240    | 14/10/2009 | VEN           | a)  |
|                                | JV      | M      | Felipe Santos      | 294    | 10/01/2009 | BRA           | a)  |
|                                | PFC     | M      | Elves Ramos        | 356    | 15/01/2009 | STP           | a)  |
|                                | PLF     | M      | Bosco Portillo     | 361    | 21/08/2009 | GBR           | a)  |
|                                | SCB     | F      | Amelia Chiuale     | 377    | 07/08/2010 | ANG           | a)  |
|                                | SCB     | M      | Lucas Freitas      | 382    | 07/03/2009 | BRA           | a)  |
| Considerado "Atleta português" | SCP     | F      | Carla Guimarães    | 390    | 04/05/2009 | STP           | a)  |
| Considerado "Atleta português" | SCP     | M      | Vinícius Leão      | 425    | 25/05/2009 | BRA           |     |
| Considerado "Atleta português" | SCP     | M      | Yunilson Brito     | 426    | 21/04/2009 | ANG           |     |
| Considerado "Atleta português" | SCUT    | M      | Gonçalo Chen       | 428    | 21/05/2010 | CHN           |     |
|                                | SLB     | F      | Aminata Baldé      | 440    | 13/05/2009 | GBS           | a)  |
|                                | SLB     | F      | Nadira Sanches     | 450    | 10/06/2010 | CPV           | a)  |
| Considerado "Atleta português" | SLB     | M      | Emerson Pereira    | 443    | 15/04/2009 | CPV           |     |

- Serão atribuídos pontos aos primeiros atletas pontuáveis de 12 até 1 ponto, sendo que os seguintes atletas pontuáveis têm 1 ponto.
- Apenas pontua **1 atleta por prova** e por clube;
- A pontuação dos atletas participantes nas provas combinadas contará a dobrar.

- Todos os atletas inscritos por clubes nacionais, são elegíveis para pontuar para o seu clube, **independentemente de serem nacionais ou estrangeiros;**
- Para se classificar coletivamente, o clube necessita de ter **3 atletas distintos a pontuar em provas individuais** ou em **2 provas individuais e na estafeta;**
- Em caso de empate vence o clube com mais primeiros lugares ou, caso o empate persista, mais segundos lugares e assim sucessivamente até o empate ser possível de resolver. Caso não exista forma de desempatar, o empate persistirá.

|   |  |   |   |   |                          |  |   |  |  |   |   |  |   |   |  |   |   |  |  |
|---|--|---|---|---|--------------------------|--|---|--|--|---|---|--|---|---|--|---|---|--|--|
| 04:00   |                             | 11°   | Nuvens dispersas<br>Sensação T. 11°     |    | Noroeste<br>9 - 18 km/h  |  0 Baixo<br>FPS: não            | ▼ |  |  |   |   |  |   |   |  |   |   |  |  |
| 07:00   |                             | 10°   | Parcialmente nublado<br>Sensação T. 10° |    | Noroeste<br>6 - 16 km/h  |  0 Baixo<br>FPS: não            | ▼ |  |  |   |   |  |   |   |  |   |   |  |  |
| 10:00   |                             | 15°   | Nuvens dispersas<br>Sensação T. 15°     |    | Noroeste<br>9 - 23 km/h  |  3 Moderado<br>FPS: 6-10        | ▼ |  |  |   |   |  |   |   |  |   |   |  |  |
| 13:00   |                             | 19°   | Limpo<br>Sensação T. 19°                |    | Noroeste<br>16 - 35 km/h |  8 Muito elevado!<br>FPS: 25-50 | ▼ |  |  |   |   |  |   |   |  |   |   |  |  |
| 16:00   |                             | 20°   | Nuvens dispersas<br>Sensação T. 20°     |    | Noroeste<br>18 - 39 km/h |  5 Moderado<br>FPS: 6-10        | ▲ |  |  |   |   |  |   |   |  |   |   |  |  |
| <table border="0"> <tbody> <tr> <td> Chuva<br/>0% 0 mm</td> <td> Sensação Térmica<br/>20 °C</td> <td> Nevoeiro<br/>Não</td> </tr> <tr> <td> Humidade<br/>46%</td> <td> Visibilidade<br/>40 km</td> <td> Vento - Rajada<br/>39 km/h</td> </tr> <tr> <td> Ponto de orvalho<br/>8 °C</td> <td> Vento - Médio<br/>18 km/h</td> <td> Cota de Neve<br/>4400 m</td> </tr> <tr> <td> Nuvens<br/>20%</td> <td> Pressão<br/>1017 hPa</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> |  |   |   |   |                          |  |   |  Chuva<br>0% 0 mm |  Sensação Térmica<br>20 °C |  Nevoeiro<br>Não |  Humidade<br>46% |  Visibilidade<br>40 km |  Vento - Rajada<br>39 km/h |  Ponto de orvalho<br>8 °C |  Vento - Médio<br>18 km/h |  Cota de Neve<br>4400 m |  Nuvens<br>20% |  Pressão<br>1017 hPa |  |
|  Chuva<br>0% 0 mm  |  Sensação Térmica<br>20 °C |  Nevoeiro<br>Não           |   |   |                          |  |   |  |  |   |   |  |   |   |  |   |   |  |  |
|  Humidade<br>46%   |  Visibilidade<br>40 km     |  Vento - Rajada<br>39 km/h |   |   |                          |  |   |  |  |   |   |  |   |   |  |   |   |  |  |
|  Ponto de orvalho<br>8 °C   |  Vento - Médio<br>18 km/h |  Cota de Neve<br>4400 m   |   |   |                          |  |   |  |  |   |   |  |   |   |  |   |   |  |  |
|  Nuvens<br>20%   |  Pressão<br>1017 hPa     |   |   |   |                          |  |   |  |  |   |   |  |   |   |  |   |   |  |  |
| 19:00   |                           | 17°   | Limpo<br>Sensação T. 17°                |  | Noroeste<br>17 - 39 km/h |  1 Baixo<br>FPS: não          | ▼ |  |  |   |   |  |   |   |  |   |   |  |  |
| 22:00   |                           | 13°   | Céu limpo<br>Sensação T. 13°            |  | Noroeste<br>12 - 34 km/h |  0 Baixo<br>FPS: não          | ▼ |  |  |   |   |  |   |   |  |   |   |  |  |

Esta apresentação não dispensa a leitura do regulamento da competição disponível em:  
<https://fpatletismo.pt/geral/2024/02/campeonatos-nacionais-de-sub-16/>



Listagem de Sapatilhas WA

<https://worldathletics.org/about-iaaf/documents/technical-information>



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO

Questões?

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



Vitalis





PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



OBRIGADO E BOA PROVA!