



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO

AR LIVRE

23/24

# CAMPEONATOS NACIONAIS SUB-18

INCLUI PROVAS COMBINADAS

BEJA

6 e 7 JULHO 2024





FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO

Reunião Técnica  
Campeonatos Nacionais de Sub18 ao Ar Livre

BEJA | 6 e 7 de julho de 2024



# Boas Vindas

Paulo Bernardo – Representante da Direção  
Federação Portuguesa de Atletismo

BEJA | 6 e 7 de julho de 2024

Função	Nome
Júri de Apelo	A nomear localmente, em caso de necessidade
Delegado Técnico	Teodoro Marujo (AAL) + André Garcia (AASM)
Diretor de Competição	Carla Oliveira (ASAS) + Paulo Aldeagas (AAE)
Diretor de Reunião	Maria Santos (AAB)
Árbitro Câmara de Chamada	Rui Coelho (ASAS)
Árbitro de Partidas	Elisabete Simão (AAL)
Árbitros de Corridas e Marcha	Andreia Martins (AAA)
Árbitro de Concursos	Mário Ferraz (ADAC) + Helena Carvalho (ADAC)
Árbitro de Provas Combinadas	Antonio Bizarro (ADAL) + Augusto Cavaleiro (ADAC)
Juiz Chefe de Cronometragem Automática	Damião Freitas (AAL) + João Batista (AAB)
Juiz de Partidas	Eduardo Peyroteu (AAA) + Licinio Matos (AAB)
Juízes de Marcha	Jose Ganso (JC) (ASAS) + Jose Dias (AAL) + Luís Dias (AJC) (AAL) + Cristina Saltanovic (S) (AAL) + Andreia Lopes (AAA) + Paulo Aldeagas (AAE) + Pedro Martins (AAG)

Número de atletas  
Inscritos

+ 600

Número de clubes  
Inscritos

+ 130

- 1 – C. Chamada
- 2 – Peso
- 3 – Dardo
- 4 – Vara
- 5 – Martelo + Disco
- 6 – Altura
- 7 – Comprimento + Triplo
- 8 – Zona Descanso PrC
- 9 – Zona Mista
- 10 – Zona de Aquecimento
- 11 – CIT





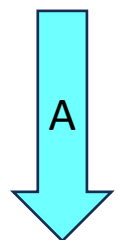
Complexo Desportivo  
Fernando Mamede

R. Francisco Miguel Duarte,  
7800-309 Beja

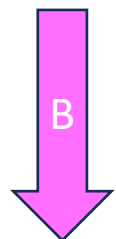
[38.01516815138441,](tel:38.01516815138441)  
[-7.876771478096793](tel:-7.876771478096793)







100 m + 110 b +  
100 b + 400 m +  
400 b + 800 m +  
2000 ob. +  
4x100 m



200 m + 1500 m +  
3000 m + Medley  
+ 5000 m Marcha

**1. PROGRAMA-HORÁRIO**

Sábado - 6 de Julho de 2024						
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 (5 kg)	Masc		13:30	14:15 - 14:25	14:30
15:15	100 m	Masc	DEC	13:45	14:50 - 15:00	15:05
15:35	100 m bar (0,76)	Fem	HEP	14:05	15:10 - 15:20	15:25
15:55	Vara	Masc		14:25	14:40 - 14:50	14:55
16:10	Comprimento	Masc	DEC	---	---	---
16:20	100 m	Masc	1/2 Final	14:50	15:55 - 16:05	16:10
16:40	Altura	Fem	HEP	---	---	---
16:48	100 m	Fem	1/2 Final	15:18	16:23 - 16:33	16:38
17:05	Altura	Fem		15:35	16:20 - 16:30	16:35
17:12	Comprimento	Masc		15:42	16:27 - 16:37	16:42
17:15	Martelo (3 kg)	Fem		15:45	16:30 - 16:40	16:45
17:18	400 m	Masc	Séries	15:48	16:53 - 17:03	17:08
17:20	Peso (5 kg)	Masc	DEC	---	---	---
17:32	400 m	Fem	Séries	16:02	17:07 - 17:17	17:22
17:50	1 500 m	Masc	Séries	16:20	17:30 - 17:40	17:43
18:10	1 500 m	Fem	Séries	16:40	17:50 - 18:00	18:03
18:30	Dardo (700 g)	Masc		17:00	17:45 - 17:55	18:00
18:35	Altura	Masc	DEC	---	---	---
18:40	100 m	Masc	Final	---	18:15 - 18:25	18:30
18:45	Peso (3 kg)	Fem	HEP	---	---	---
18:45	Vara	Fem		17:15	17:30 - 17:40	17:45
18:50	100 m	Fem	Final	---	18:25 - 18:35	18:40
19:00	2 000 m Obst (0,84)	Masc	Séries	17:30	18:40 - 18:50	18:53
19:03	Comprimento	Fem		17:33	18:18 - 18:28	18:33
19:25	2 000 m Obst (0,76)	Fem	Séries	17:55	19:05 - 19:15	19:18
19:35	Disco (1 kg)	Fem		18:05	18:50 - 19:00	19:05
19:45	4x100 m	Masc	Séries	18:15	19:20 - 19:30	19:35
20:05	Dardo (500 g)	Fem		18:35	19:20 - 19:30	19:35
20:09	4x100 m	Fem	Séries	18:39	19:44 - 19:54	19:59
20:12	Peso (5 kg)	Masc		18:42	19:27 - 19:37	19:42
20:35	200 m	Fem	HEP	---	---	---
20:50	400 m	Masc	DEC	---	---	---
21:00	5 000 m Marcha	Masc	Pistas 1 a 4	19:30	20:40 - 20:50	20:53
21:00	5 000 m Marcha	Fem	Pistas 5 a 8	19:30	20:40 - 20:50	20:53

## Programa Horário

Domingo - 7 de Julho de 2024						
Horas	Prova	Género	Elim/Ser/Final	Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na Câmara de Chamada	Horário de entrada na Pista
09:00	110 m bar (0,91)	Masc	DEC	07:30	08:35 - 08:45	08:50
09:30	Triplo Salto	Fem		08:00	08:45 - 08:55	09:00
09:35	Altura	Masc		08:05	08:50 - 09:00	09:05
09:40	Disco (1,5 kg)	Masc	DEC	---	---	---
09:45	3 000 m	Masc		08:15	09:25 - 09:35	09:38
10:00	3 000 m	Fem		08:30	09:40 - 09:50	09:53
10:05	Comprimento	Fem	HEP	08:35	09:20 - 09:30	09:35
10:20	110 m Bar (0,91)	Masc	1/2 Final	08:50	09:55 - 10:05	10:10
10:43	Disco (1,5 kg)	Masc		09:13	09:58 - 10:08	10:13
10:45	100 m Bar (0,76)	Fem	1/2 Final	09:15	10:20 - 10:30	10:35
11:05	800 m	Masc	Séries	09:35	10:45 - 10:55	10:58
11:19	800 m	Fem	Séries	09:49	10:59 - 11:09	11:12
11:20	Vara	Masc	DEC	---	---	---
11:30	Triplo Salto	Masc		10:00	10:45 - 10:55	11:00
11:35	400 m Bar (0,84)	Masc	Séries	10:05	11:10 - 11:20	11:25
11:51	400 m Bar (0,76)	Fem	Séries	10:21	11:26 - 11:36	11:41
11:55	Dardo (500 g)	Fem	HEP	---	---	---
12:15	200 m	Masc	Séries	10:45	11:50 - 12:00	12:05
12:20	Peso (3 kg)	Fem		10:50	11:35 - 11:45	11:50
12:36	200 m	Fem	Séries	11:06	12:11 - 12:21	12:26
12:55	110 m Bar (0,91)	Masc	Final	---	12:30 - 12:40	12:45
13:10	100 m Bar (0,76)	Fem	Final	---	12:45 - 12:55	13:00
13:20	800 m	Fem	HEP	---	---	---
13:20	Dardo (700 g)	Masc	DEC	---	---	---
13:35	Estafeta Medley (100x200x300x400)	Masc	Séries	12:05	13:10 - 13:20	13:25
14:01		Fem	Séries	12:31	13:36 - 13:46	13:51
14:25	1 500 m	Masc	DEC	---	---	---

*Nota: o programa horário poderá sofrer alterações até sexta-feira antes da competição em função dos atletas inscritos, pelo que deverá ser considerada a versão que esteja divulgada na página da internet da federação até às 13h00.*

- **Confirmações dos atletas:**

- Online, na plataforma FPA Competições - em <https://fpacompeticoes.pt/>
- Desde as 19:00 horas de 6<sup>a</sup>feira, 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 aos atletas Sub-16 e Sub-18, **no mesmo dia**, em mais do que uma prova individual de corrida ou marcha de distância igual ou superior a **400m**.

Os atletas Sub-16 **não podem participar** nas provas de 3.000m, 2.000m obstáculos, 400m (individual e estafeta) e 400m barreiras.

Os atletas poderão participar em até 2 (duas) provas por jornada, num máximo de 3 (três) no conjunto das duas jornadas e desde que uma das provas seja em estafeta.

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 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.

## Séries

As séries das corridas (com distâncias iguais ou superiores a 200m e estafetas) serão realizadas tendo em conta a melhor marca registada nos anos 2023 e 2024, correndo os melhores atletas na última série.

Relativamente às estafetas, será necessário que os responsáveis dos clubes indiquem a marca da equipa aquando do levantamento dos dorsais.

## Eliminatórias

As eliminatórias das corridas inferiores a 200m serão realizadas recorrendo ao método “cabeça de série”, o que significa que (exemplo para 4 eliminatórias) o atleta com o melhor registo irá numa eliminatória, o segundo numa outra, o terceiro noutra e o quarto noutra. O atleta com o quinto registo irá na eliminatória do atleta com o quarto registo, o atleta com o sexto registo irá na eliminatória do atleta com o terceiro melhor registo, e assim sucessivamente.

A distribuição das pistas, nas eliminatórias, será aleatória (qualquer atleta em qualquer uma das pistas).

Nas finais serão utilizados os registos realizados nas eliminatórias, sendo a distribuição das pistas efetuada por sorteios.

Nos concursos os atletas serão seriados com ordem aleatória.



# ESTEVES

## 11

Francisco Esteves

A20KM



**COSTAS**



# 11

## ESTEVES

Francisco Esteves

A20KM



**FRENTE**

- 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	Fem.	1,36 (+4) --> 1,52 (+3) --> 1,58 (+2)
Altura	Masc.	1,62 (+5) --> 1,72 (+4) --> 1,80 (+3) --> 1,92 (+2)
Vara	Fem.	2,05 (+15) --> 2,50 (+10) --> 3,00 (+5)
Vara	Masc.	2,65 (+15) --> 3,25 (+10) --> 3,75 (+7) --> 4,10 (+5)

### Provas Combinadas

Disciplina	Género	Progressão
Altura	Fem.	1,30 (+3)
Altura	Masc.	1,50 (+3)
Vara	Masc.	2,50 (+10)

## Linhas de Distância

Disciplina	Género	Distâncias
Dardo	FEM	25/35
	MASC	40/50/60
Disco	FEM	30/40
	MASC	35/45
Peso	FEM	12/14
	MASC	12/14/16
Martelo	FEM e MASC	40/50
Peso Heptatlo	FEM	12/14
Peso Decatlo	MASC	12/14/16

## CAMPEONATOS NACIONAIS DE SUB-18 - 2024

Atletas estrangeiros que

a) não podem ir ao pódio

b) atleta estrangeiro que não pode pontuar coletivamente por não ter sido inscrito dentro do prazo previsto no RGC

Estafeta com algum atleta estrangeiro não pode ir ao pódio

	Clube	Género	Nome	Dorsal	Data Nas.	Nacionalidade	Obs.		Clube	Género	Nome	Dorsal	Data Nas.	Nacionalidade	Obs.
	AABV	F	Nicolle Moura	20	01/11/2007	BRA	a)		Considerado "Atleta português"	A20KM	M	Sebastião Manuel	12	30/03/2009	ANG
	ACB-L	F	Eunice Ferreira	28	09/09/2009	ANG	a) b)		AABV	M	Kleber Neto	15	16/04/2010	BRA	a)
	ADECT	F	Kiara Young	68	21/10/2010	GBR	a)		AJL	M	Matheus Berg	101	24/07/2008	BRA	a) b)
	CANAZ	F	Vanessa Castravet	139	19/02/2008	MDA	a)		Considerado "Atleta português"	CAP	M	Paulo Albieri	166	08/08/2008	BRA
Considerado "Atleta português"	CAP	F	Angélica Pedro	152	12/04/2009	FRA			Considerado "Atleta português"	CATUNES	M	Eduardo Alano	189	30/03/2009	BRA
Considerado "Atleta português"	CASJ	F	Juliana Hinderyckx	183	17/04/2007	BEL			Considerado "Atleta português"	CDQ	M	Mamadu Aliu Djalo	217	01/06/2007	GBS
Considerado "Atleta português"	CASJ	F	Nicolle Ghirlanda	186	09/01/2009	SUI			CDQ	M	Zachary Booth	222	13/03/2007	USA	a)
Considerado "Atleta português"	CDQ	F	Nilà Viala	218	14/05/2009	FRA			GDAV	M	Thiago Vieira	320	03/09/2007	BRA	a)
Considerado "Atleta português"	COP	F	Deborah Ponciano	248	22/10/2009	BRA			GDRV	M	Ícaro Dias	325	18/04/2010	ANG	a)
Considerado "Atleta português"	GRQL	F	Margarida António	343	19/11/2008	ANG			Considerado "Atleta português"	GRQL	M	Lucca Reis	340	13/09/2008	BRA
Considerado "Atleta português"	GRQL	F	Mielcias Correia	344	09/08/2007	GBS			PFC	M	Carlos Daniel Nitas	414	13/03/2009	ROU	a) b)
Considerado "Atleta português"	JV	F	Katerina Quinn	370	23/01/2008	GBR			PFC	M	Elves Ramos	415	15/01/2009	STP	a)
Considerado "Atleta português"	SCP	F	Ana Nascimento	447	13/09/2007	STP			Considerado "Atleta português"	SCP	M	Adulai Rodrigues	444	22/11/2008	GBS
Considerado "Atleta português"	SCP	F	Beatriz Ferrari	451	16/01/2008	BRA			SCP	M	Andrés González	448	08/09/2007	ESP	a)
	SCP	F	Khushboo Sehwat	465	06/12/2007	IND	a)		Considerado "Atleta português"	SCP	M	João Elias Lima	464	01/05/2008	BRA
	SCP	F	Natalia Gonzalez	485	11/07/2009	ESP	a)		Considerado "Atleta português"	SCP	M	Marcos Lara	474	22/09/2007	ESP
Considerado "Atleta português"	SLB	F	Aminata Baldé	508	13/05/2009	GBS			Considerado "Atleta português"	SCP	M	Yunilson Brito	494	21/04/2009	ANG
Considerado "Atleta português"	SLB	F	Dádiva Pedro	509	21/09/2009	ANG			SLB	M	Alex Sierpes	507	29/10/2008	ESP	a) b)
Considerado "Atleta português"	SLB	F	Eliany Monteverde	512	24/04/2007	STP			Considerado "Atleta português"	SLB	M	Emerson Pereira	514	15/04/2009	CPV

**Perímetro da pista**

Obstáculos

398,07

Marcha na pista 5

430,034

Serão **atribuídas medalhas aos atletas classificados nos três primeiros lugares** em cada disciplina e género e troféus às 3 equipas mais pontuadas em cada género.

São considerados “Atletas Portugueses” todos aqueles que detenham a nacionalidade portuguesa ou que, sendo estrangeiros, sejam menores de idade e estejam matriculados numa escola portuguesa há, pelo menos, um ano escolar.

Cada clube pode apresentar o número de atletas que desejar por disciplina, desde que sejam possuidores das marcas de qualificação, mas só um (1) contará para a classificação coletiva.

Para poderem pontuar nos Campeonatos Nacionais de Sub18, os atletas considerados estrangeiros deverão ser inscritos até 28 de fevereiro.

Serão atribuídos pontos aos primeiros atletas pontuáveis para a classificação coletiva de cada prova: 12 pontos até 1 ponto.



Os atletas não pontuáveis não irão subtrair pontos aos restantes atletas.

Para uma equipa obter classificação coletiva é necessário classificar, no mínimo, três (3) atletas em provas individuais ou 2 atletas em provas individuais e mais uma estafeta.


## Previsão Meteorológica


sábado 06 | Dia


**30°** 


 7%  
 NO28 km/h

Essencialmente limpo. Quente. Máxima de 30°C. Ventos NO a 15 a 30 km/h.

 Humidade  
**53%**



 Índice de UV  
**10 de 11**

 Nasc. sol  
**6:15**


 Ocaso sol  
**20:57**


sábado 06 | Noite


**12°** 

 6%  
 NO27 km/h


Essencialmente limpo. Mínima 12°C. Ventos NO a 15 a 30 km/h.

 Humidade  
**67%**

 Índice de UV  
**0 de 11**



 Nascer da lua  
**6:19**

 Lua nova


 Pôr da lua  
**21:54**


domingo 07 | Dia


**30°** 


 5%  
 NO21 km/h

Essencialmente limpo. Máxima de 30°C. Ventos NO a 15 a 30 km/h.

 Humidade  
**47%**



 Índice de UV  
**10 de 11**

 Nasc. sol  
**6:16**

 Ocaso sol  
**20:57**


domingo 07 | Noite


**13°** 


 6%  
 ONO22 km/h


Essencialmente limpo. Mínima 13°C. Ventos ONO a 15 a 30 km/h.

 Humidade  
**61%**

 Índice de UV  
**0 de 11**

 Nascer da lua  
**7:25**

 Lua crescente

 Pôr da lua  
**22:31**

# Material não Permitido



Telemóveis

Phones



Intercomunicadores



Outros



Esta apresentação não dispensa a leitura do regulamento da competição disponível em:

[https://fpaportalonline.blob.core.windows.net/portalfpa-public/2024/07/Reg\\_AL\\_2024\\_CN\\_S18.pdf](https://fpaportalonline.blob.core.windows.net/portalfpa-public/2024/07/Reg_AL_2024_CN_S18.pdf)



Listagem de Sapatilhas WA

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





FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO

Questões?

OBRIGADA E BOA PROVA!



# FEDERAÇÃO PORTUGUESA ATLETISMO

## PARCEIROS INSTITUCIONAIS



## PATROCINADORES

