

88º CAMPEONATOS NACIONAIS DE CLUBES AR LIVRE – FINAL 1ª e 2ª DIVISÃO
Versão 11/07

VISEU, 13 e 14 de julho de 2024

1. PROGRAMA HORÁRIO
Viseu - Estádio do Fontelo

Sábado - 13 de Julho de 2024								
Horas	Prova	Género	Divisão	Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na Câmara de Chamada			Horário de entrada na Pista
13:55	Martelo (4 kg)	Fem	2 Div	12:25	13:20	-	13:30	13:30
14:00	100 m	Masc	2 Div	12:30	13:35	-	13:45	13:50
14:05	Vara	Masc	2 Div	12:35	13:05	-	13:15	13:20
14:10	100 m	Fem	2 Div	12:40	13:45	-	13:55	14:00
14:13	Comprimento	Masc	2 Div	12:43	13:38	-	13:48	13:48
14:15	Altura	Fem	2 Div	12:45	13:35	-	13:45	13:50
14:17	1 500 m	Masc	2 Div	12:47	13:52	-	14:02	14:07
14:27	1 500 m	Fem	2 Div	12:57	14:02	-	14:12	14:17
14:40	400 m	Masc	2 Div	13:10	14:15	-	14:25	14:30
14:48	400 m	Fem	2 Div	13:18	14:23	-	14:33	14:38
15:00	5 000 m Marcha	Masc	2 Div	13:30	14:35	-	14:45	14:50
15:10	Disco (1 kg)	Fem	2 Div	13:40	14:35	-	14:45	14:45
15:35	3 000 m Marcha	Fem	2 Div	14:05	15:10	-	15:20	15:25
15:40	Comprimento	Fem	2 Div	14:10	15:05	-	15:15	15:15
15:45	Peso (7,260 kg)	Masc	2 Div	14:15	15:10	-	15:20	15:20
16:00	3 000 m Obst	Fem	2 Div	14:30	15:35	-	15:45	15:50
16:20	Dardo (800 g)	Masc	2 Div	14:50	15:45	-	15:55	15:55
16:25	4X100 m	Masc	2 Div	14:55	16:00	-	16:10	16:15
16:35	4X100 m	Fem	2 Div	15:05	16:10	-	16:20	16:25
16:41	5 000 m	Masc	2 Div	15:11	16:16	-	16:26	16:31
17:05	5 000 m	Fem	2 Div	15:35	16:40	-	16:50	16:55
17:35	100 m	Masc	Extra	16:05	17:10	-	17:20	17:25
17:49	100 m	Fem	Extra	16:19	17:24	-	17:34	17:39
17:50	Martelo (4 kg)	Fem	1 Div	16:20	17:15	-	17:25	17:25
17:55	Vara	Masc	1 Div	16:25	16:55	-	17:05	17:10
18:03	100 m	Masc	1 Div	16:33	17:38	-	17:48	17:53
18:06	Altura	Fem	1 Div	16:36	17:26	-	17:36	17:41
18:08	Comprimento	Masc	1 Div	16:38	17:33	-	17:43	17:43
18:10	100 m	Fem	1 Div	16:40	17:45	-	17:55	18:00
18:15	1 500 m	Masc	1 Div	16:45	17:50	-	18:00	18:05
18:25	1 500 m	Fem	1 Div	16:55	18:00	-	18:10	18:15
18:36	400 m	Masc	1 Div	17:06	18:11	-	18:21	18:26
18:44	400 m	Fem	1 Div	17:14	18:19	-	18:29	18:34

18:51	5 000 m Marcha	Masc	1 Div	17:21	18:26	-	18:36	18:41
19:05	Disco (1 kg)	Fem	1 Div	17:35	18:30	-	18:40	18:40
19:21	3 000 m Marcha	Fem	1 Div	17:51	18:56	-	19:06	19:11
19:36	Comprimento	Fem	1 Div	18:06	19:01	-	19:11	19:11
19:43	3 000 m Obst	Fem	1 Div	18:13	19:18	-	19:28	19:33
20:05	4X100 m	Masc	1 Div	18:35	19:40	-	19:50	19:55
20:10	Peso (7,260 kg)	Masc	1 Div	18:40	19:35	-	19:45	19:45
20:15	4X100 m	Fem	1 Div	18:45	19:50	-	20:00	20:05
20:18	Dardo (800 g)	Masc	1 Div	18:48	19:43	-	19:53	19:53
20:21	5 000 m	Masc	1 Div	18:51	19:56	-	20:06	20:11
20:42	5 000 m	Fem	1 Div	19:12	20:17	-	20:27	20:32

Domingo - 14 de Julho de 2024

Horas	Prova	Género	Divisão	Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na Câmara de Chamada			Horário de entrada na Pista
						-		
12:00	Martelo (7,260 kg)	Masc	2 Div	10:30	11:25	-	11:35	11:35
12:10	Altura	Masc	2 Div	10:40	11:30	-	11:40	11:45
12:15	110 m bar (1,06)	Masc	2 Div	10:45	11:50	-	12:00	12:05
12:20	Triplo Salto	Fem	2 Div	10:50	11:45	-	11:55	11:55
12:25	Vara	Fem	2 Div	10:55	11:25	-	11:35	11:40
12:30	100 m bar (0,84)	Fem	2 Div	11:00	12:05	-	12:15	12:20
12:40	800 m	Masc	2 Div	11:10	12:15	-	12:25	12:30
12:50	800 m	Fem	2 Div	11:20	12:25	-	12:35	12:40
13:02	400 m bar (0,91)	Masc	2 Div	11:32	12:37	-	12:47	12:52
13:12	400 m bar (0,76)	Fem	2 Div	11:42	12:47	-	12:57	13:02
13:15	Disco (2 kg)	Masc	2 Div	11:45	12:40	-	12:50	12:50
13:30	200 m	Masc	2 Div	12:00	13:05	-	13:15	13:20
13:37	200 m	Fem	2 Div	12:07	13:12	-	13:22	13:27
13:47	3 000 m Obst	Masc	2 Div	12:17	13:22	-	13:32	13:37
13:50	Triplo Salto	Masc	2 Div	12:20	13:15	-	13:25	13:25
13:52	Peso (4 kg)	Fem	2 Div	12:22	13:17	-	13:27	13:27
14:02	3 000 m	Masc	2 Div	12:32	13:37	-	13:47	13:52
14:15	3 000 m	Fem	2 Div	12:45	13:50	-	14:00	14:05
14:25	Dardo (600 g)	Fem	2 Div	12:55	13:50	-	14:00	14:00
14:40	4X400 m	Masc	2 Div	13:10	14:15	-	14:25	14:30
14:50	4X400 m	Fem	2 Div	13:20	14:25	-	14:35	14:40
15:40	Martelo (7,260 kg)	Masc	1 Div	14:10	15:05	-	15:15	15:15
15:55	110 m bar (1,06)	Masc	1 Div	14:25	15:30	-	15:40	15:45
16:05	Altura	Masc	1 Div	14:35	15:25	-	15:35	15:40
16:10	100 m bar (0,84)	Fem	1 Div	14:40	15:45	-	15:55	16:00
16:15	Vara	Fem	1 Div	14:45	15:15	-	15:25	15:30
16:18	Triplo Salto	Fem	1 Div	14:48	15:43	-	15:53	15:53
16:20	800 m	Masc	1 Div	14:50	15:55	-	16:05	16:10

16:27	800 m	Fem	1 Div	14:57	16:02	-	16:12	16:17
16:42	400 m bar (0,91)	Masc	1 Div	15:12	16:17	-	16:27	16:32
16:50	Disco (2 kg)	Masc	1 Div	15:20	16:15	-	16:25	16:25
16:53	400 m bar (0,76)	Fem	1 Div	15:23	16:28	-	16:38	16:43
17:09	3 000 m Obst	Masc	1 Div	15:39	16:44	-	16:54	16:59
17:28	200 m	Masc	1 Div	15:58	17:03	-	17:13	17:18
17:35	200 m	Fem	1 Div	16:05	17:10	-	17:20	17:25
17:38	Triplo Salto	Masc	1 Div	16:08	17:03	-	17:13	17:13
17:42	3 000 m	Masc	1 Div	16:12	17:17	-	17:27	17:32
17:45	Peso (4 kg)	Fem	1 Div	16:15	17:10	-	17:20	17:20
17:57	3 000 m	Fem	1 Div	16:27	17:32	-	17:42	17:47
18:00	Dardo (600 g)	Fem	1 Div	16:30	17:25	-	17:35	17:35
18:17	4X400 m	Masc	1 Div	16:47	17:52	-	18:02	18:07
18:27	4X400 m	Fem	1 Div	16:57	18:02	-	18:12	18:17

MODO DE PROGRESSÃO DAS FASQUIAS

Disciplina	Género	Progressão
Altura	Fem.	1,25 (+5) --> 1,40 (+4) --> 1,52 (+3) --> 1,61 (+2)
Altura	Masc.	1,65 (+5) --> 1,80 (+4) --> 1,92 (+3) --> 2,01 (+2)
Vara	Fem.	1,80 (+20) --> 2,00 (+15) --> 2,45 (+12) --> 3,05 (+10) --> 3,55 (+5)
Vara	Masc.	2,65 (+15) --> 3,70 (+12) --> 4,30 (+10) --> 5,00 (+5)

2. NORMAS REGULAMENTARES

2.1. Normas Gerais

2.1.1. Na fase final das 1ª e 2ª Divisões as equipas serão pontuadas atribuindo-se 8 pontos ao 1º classificado de cada disciplina, 7 ao 2º, e assim sucessivamente.

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

2.1.3. Para poderem pontuar nos Campeonatos Nacionais de Pista Ar Livre, os atletas estrangeiros deverão ser inscritos até 28 de fevereiro de 2024.

2.1.4. 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;

2.1.4.1. O certificado de matrícula referente ao ano escolar 2022/2023 deve ser enviado por correio eletrónico, para o endereço lince@fpatletismo.pt, até

quarta-feira 10 de julho de 2024. Não serão enquadrados no ponto 2.1.4 os atletas cujo certificado de matrícula indicado não seja rececionado dentro do prazo estipulado.

2.1.5. Aos atletas Sub-18 e Sub-20 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 400m.

2.1.6. Os atletas do escalão de sub-18 poderão participar em todas as provas, com exceção dos 3.000 m Obstáculos, 5.000 m, Peso (7,260 Kg) e Martelo (7,260 Kg).

2.2. Normas Específicas

2.2.1. Para participarem e ser classificados, os clubes terão, obrigatoriamente, que inscrever, e participar, com um mínimo de 10 atletas.

2.2.1.1. A equipa de cada clube poderá incluir atletas dos escalões de Sub-18, Sub-20 e Seniores.

2.2.2. Em qualquer das fases destes campeonatos, cada clube só poderá apresentar um atleta por disciplina e uma única equipa em cada estafeta.

2.2.3. Os atletas só poderão participar em duas provas por dia num máximo de três no conjunto dos dois dias, desde que pelo menos uma delas seja uma estafeta.

2.2.4. Será utilizada a seguinte tabela de distribuição dos clubes pelas pistas e ordem de ensaios nos concursos.

Masculinos	A	B	C	D	E	F	G	H	Femininos
100 m / 1 500 m / Altura	1	2	3	4	5	6	7	8	100 m / 3 000 m / Comprimento
200 m / 5 000 m / Vara	2	3	4	5	6	7	8	1	200 m / 3 000 Marcha / Peso
400 m / 3 000 m / Comprimento	3	4	5	6	7	8	1	2	400 m / Disco
800 m / 3 000 m Obst. / Triplo	4	5	6	7	8	1	2	3	800 m / 3 000 m Obst. / Dardo
110 m bar / Peso	5	6	7	8	1	2	3	4	100 m bar / 1 500 m / Martelo
400 m bar / Disco	6	7	8	1	2	3	4	5	4X100 m / 5 000 m / Vara
4X100 m / Martelo	7	8	1	2	3	4	5	6	4X400 m / Triplo
4X400 m / 5 000 Marcha / Dardo	8	1	2	3	4	5	6	7	400 m bar / Altura

3. INSCRIÇÕES

3.1. Inscrições Preliminares

3.1.1. As inscrições deverão ser feitas pelos clubes através da plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> impreterivelmente até às 23:59 horas da segunda-feira, dia 8 de julho.

3.2. Confirmação das Inscrições

3.2.1. As confirmações serão realizadas on-line e estarão disponíveis entre as 19:00 horas da véspera do primeiro dia do Campeonato e 90 minutos antes do início de cada prova em <https://fpacompeticoes.pt/> sendo necessário que cada clube faça o seu login para o efeito.

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

4. CONCURSOS – ESPECIFICIDADES

4.1. Saltos Verticais

4.1.1. O previsto na Regra Técnica 25.17 da WA não se aplica nesta competição coletiva, no que respeita ao tempo atribuído aos atletas participantes em saltos verticais para iniciar o seu ensaio, quando só estiver 1 atleta em competição, atribuindo-se neste caso, se se aplicar, o tempo para ensaios consecutivos.

4.2. Concursos Horizontais

4.2.1. Todos os atletas terão direito a 4 ensaios.

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 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. APURAMENTO PARA O CAMPEONATO NACIONAL DE CLUBES DE 2025 AO AR LIVRE

6.1 Equipas que serão apuradas para a 1ª divisão de 2025:

da 1ª à 6ª equipa classificadas da 1ª divisão
a 1ª e 2ª equipas classificadas da 2ª divisão;

6.2 Equipas que serão apuradas para a 2ª divisão de 2025:

a 7ª e 8ª equipa classificadas da 1ª divisão
da 3ª à 6ª equipa classificadas da 2ª divisão
a 1ª e 2ª equipa classificadas da 3ª divisão;

6.3 Equipas que serão apuradas para a 3ª divisão de 2025:

a 7ª e 8ª equipa classificadas da 2ª divisão
da 1ª à 6ª equipa classificadas na fase de apuramento de 2025.