



# REUNIÃO TÉCNICA

CAMPEONATOS NACIONAIS DE CLUBES EM PISTA CURTA

APURAMENTO PARA A 3-ª DIVISÃO – POMBAL E BRAGA

## Oficiais de Competição - BRAGA

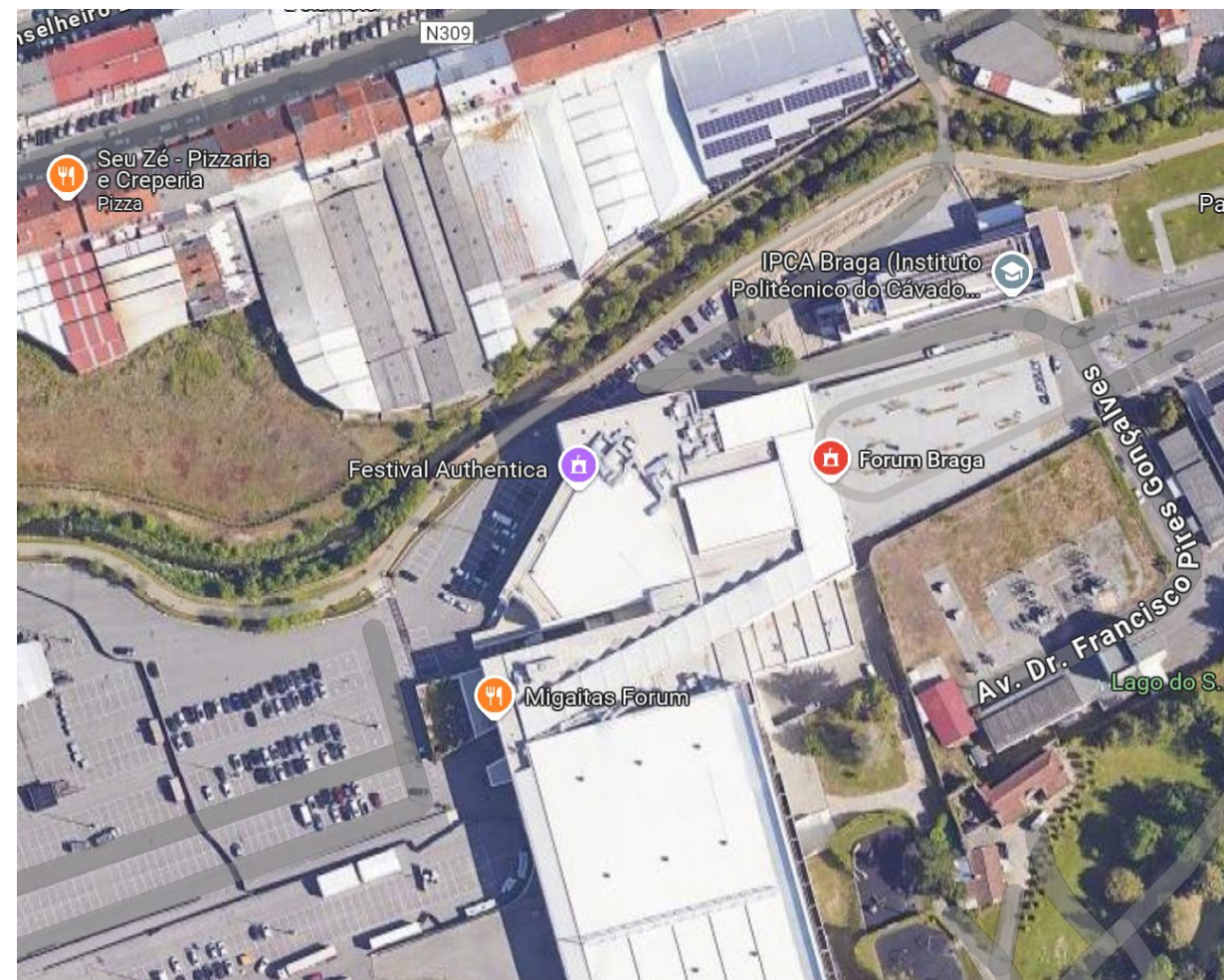
FUNÇÃO	Nome
Representante da FPA	Francisca Catarino
Júri de Apelo	A constituir em caso de necessidade
Delegado Técnico	Cecília Mouta (AAB)
Diretor de Competição	Filipe Antunes (AAB)
Diretor Técnico	Elsa Gonçalves (AAB)
Diretor de Reunião	Luis Carlos Gonçalves (AAB)
Árbitro da Câmara de Chamada	Ana Lima (AAB)
Árbitro de Partidas	Filipe Cardoso (AAP)
Árbitro de Provas de Pista	Helena Carvalho (ADAC)
Árbitros de Concursos	Francisco João Macedo (AAB) + Serafim Gadelho (AAP)
Juiz de Partidas	Ana Cruz (AAVC)
Juiz Chefe de Cronometragem Automática	Ângelo Pacheco (AAB)
Juízes de Marcha	André Brito JC (AAP) + Roberto Carvalho Adj (AAP) + Alberto Soares (AAP) + Armando Oliveira (AAA) + Hermenegildo Ferreira (AAB) + Joana Correia (AAVC) + Mário Mendes (AAA) + Ana Carvalho Secretariado (AAP)

## Oficiais de Competição - POMBAL

FUNÇÃO	Nome
Representante da FPA	Vanessa Soares
Júri de Apelo	A constituir em caso de necessidade
Delegado Técnico	António Fragoso (AAG)
Diretor de Competição	Maria Odete Alves (ADAL)
Diretor Técnico	Andreia Monteiro (AAL)
Diretor de Reunião	Patrícia Angélico (ADAL)
Árbitro da Câmara de Chamada	Martina Ferreira (AAA)
Árbitro de Partidas	Albertino Saramago (ADAC)
Árbitro de Provas de Pista	Paulo Oliveira (AAA)
Árbitros de Concursos	Anabela Neto (AAA) + Maria Lurdes Nunes (ADAC)
Juiz de Partidas	Tiago Miranda (ADAC)
Juiz Chefe de Cronometragem Automática	Hugo Santos (AAP)
Juízes de Marcha	Joaquim Graça JC (AsAS) + Tânia Pinto Adj (ADAL) + José Santos (AsAS) + Argentina Cordeiro (ADAC) + Diana Morgado (ADAL) + Luís Ervideira (AAS) + Cristiano António (ADAL) Secretariado

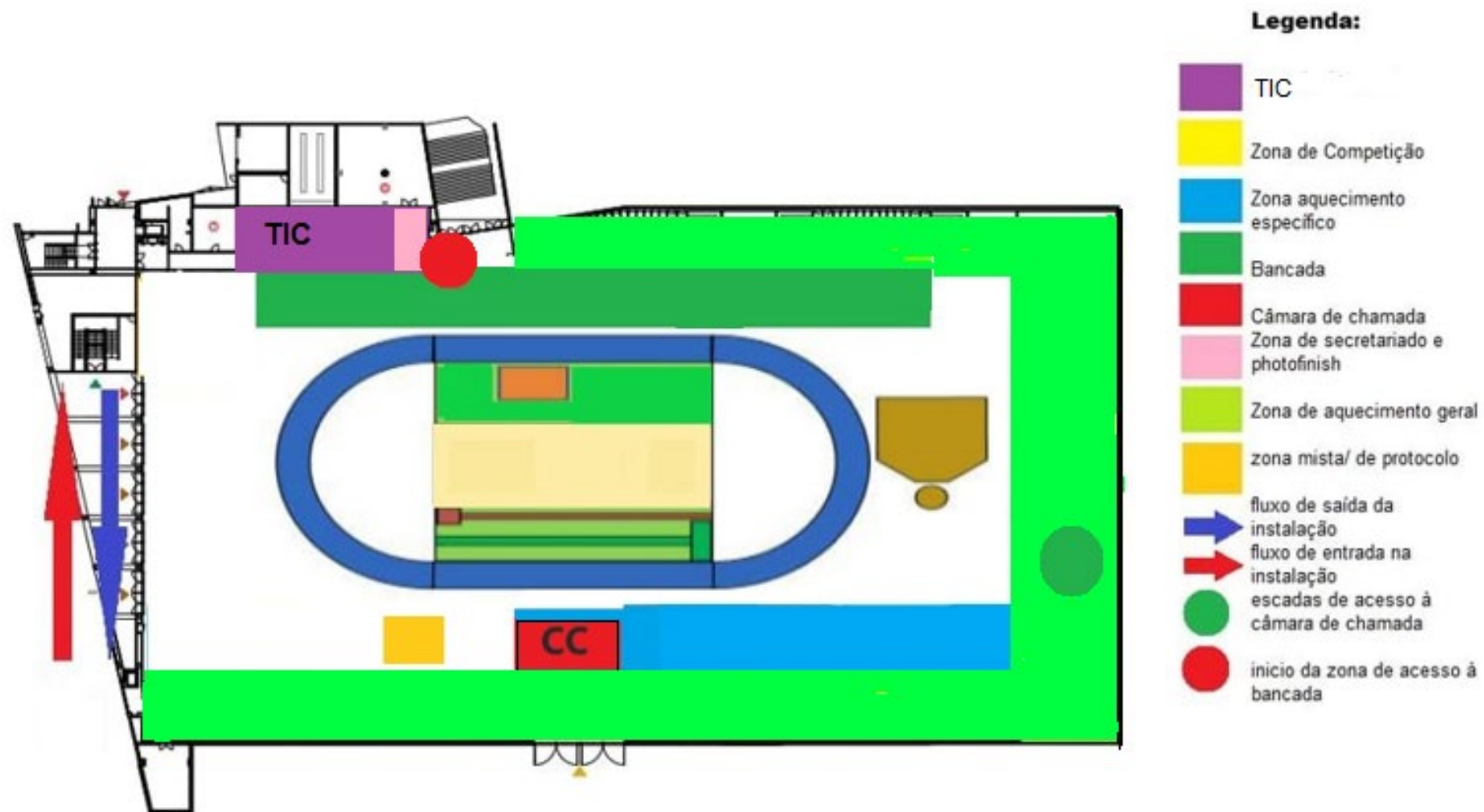


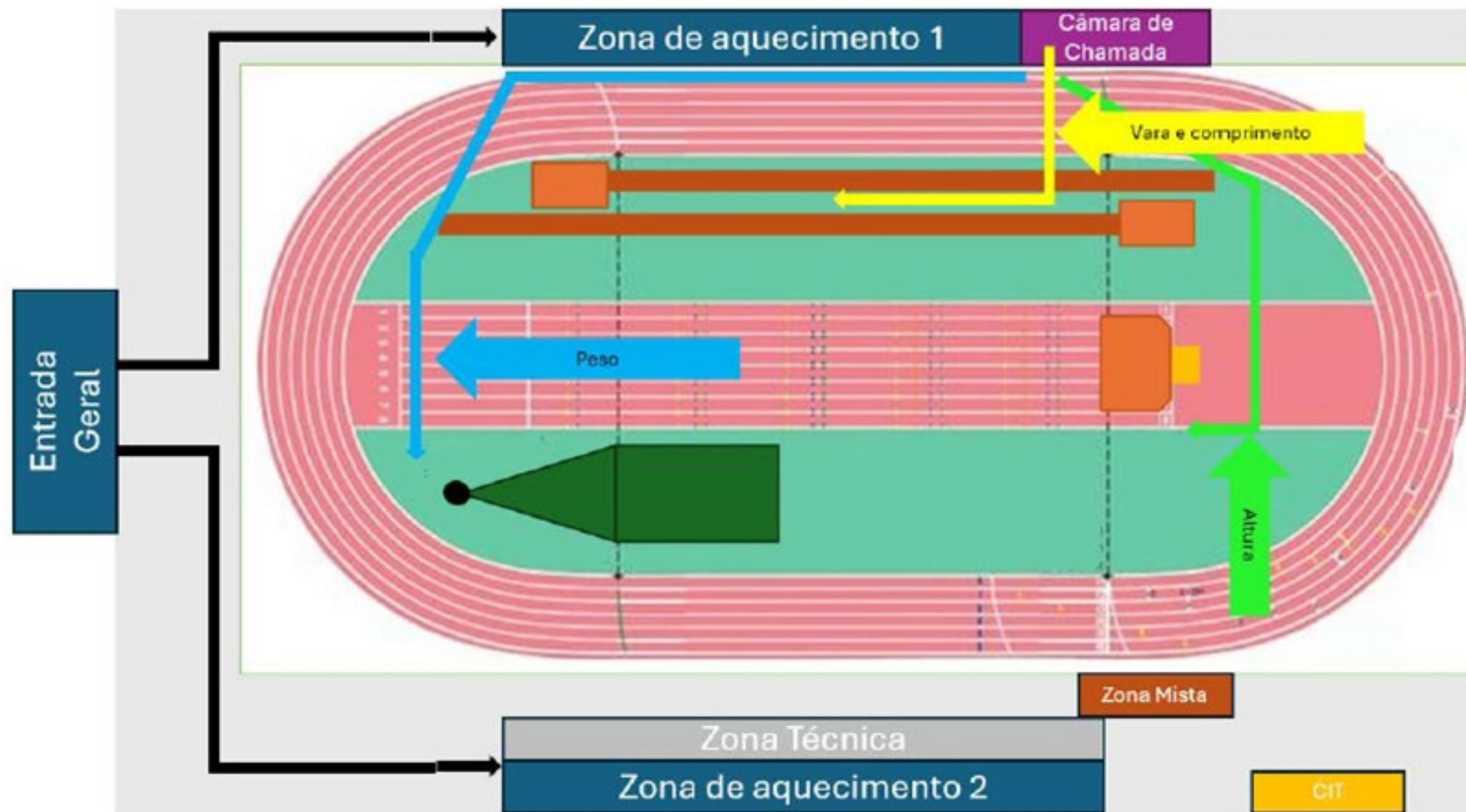
**Pombal | Expocentro -39.93617076828095, -8.659346547831843**



**Braga | Forum -41.54171461199836, -8.421674665448622**

# Mapa de fluxos - Braga





## Clubes Participantes - Braga

BRAGA - SÁBADO TARDE - 18 de Janeiro de 2025			MASC	FEM
Aveiro	Associação Cultural e Desporto de Cesar - Villa Cesari	ACDCVC	M	F
Aveiro	Clube Desportivo Feirense	CDFE	M	F
Aveiro	Lusitânia de Lourosa Futebol Clube	LLFC	M	F
Aveiro	Núcleo de Atletismo de Cucujães	NAC	M	F
Braga	Associação Papa Léguas de Famalicão	PLF	M	F
Porto	Centro Desportivo e Cultural e Navais	CDCNAV	M	F
Porto	Clube Desportivo da Póvoa	CDP	M	F
Porto	Clube de Futebol de Oliveira do Douro	CFOD	M	
Porto	Clube Spiridon de Gaia	CSGAIA	M	F
Porto	Escola do Movimento Associação Juvenil	ESCMOV	M	F
Porto	Clube Desporto C+S de Lavra	LAVRA	M	F
Porto	Sport Comércio Salgueiros	SCS	M	
Viana Castelo	Centro de Atletismo de Mazarefes	CAM-VC	M	F
Viana Castelo	Clube Atletismo Olímpico Vianense	CAOV	M	

## Clubes Participantes - Pombal

POMBAL - SÁBADO TARDE - 18 de Janeiro de 2025			MASC	FEM
Algarve	Associação Académica da Bela Vista	AABV	M	
Algarve	Clube Desportivo Areias São João	CASJ	M	F
Algarve	Clube Oriental de Pechão	COP	M	F
Aveiro	Associação Desportiva Recreativa e Educativa da Palhaça	ADREP	M	F
Castelo Branco	Grupo de Convívio e Amizade Nas Donas	GCAD		F
Coimbra	Associação Académica de Coimbra	AAC	M	F
Coimbra	Associação Cultural, Desportiva, Recreativa e Social de Quinhendros	ACDRSQ	M	F
Coimbra	Grupo Recreativo Eirense	GRE-AA	M	
Coimbra	Gira Sol	GS	M	
Évora	Grupo Desportivo de Pavia	GDPAV	M	
Leiria	Atletico Clube Batalha - Acb	ACB-L		F
Leiria	Associação Cultural Desportiva e Recreativa Arneirense	ACDRA		F
Leiria	Clube Atletismo de Marinha Grande	CAMG		F
Leiria	Clube de Atletismo da Nazaré	CANAZ	M	
Leiria	Centro Popular e Recreativo A-Do-Barbas	CPRAB	M	
Lisboa	Clube de Futebol Os Belenenses	CFB	M	
S Miguel	Juventude Ilha Verde	JIV	M	F
Santarém	Associação Escola de Atletismo Correr+ do Cartaxo	AEAC	M	F
Setúbal	Associação Escola de Atletismo Moita Tejo	EAMT	M	
Setúbal	Solar dos Leões de Almada	SLA	M	



## Clubes Participantes – AAR's

<b>Distribuição de Clubes por Associação Regional</b>		Masc	Fem	Total
	Algarve	3	2	5
	Aveiro	5	5	10
	Braga	1	1	2
	Castelo Branco		1	1
	Coimbra	4	2	6
	Évora	1		1
	Leiria	2	3	5
	Lisboa	1		1
	Porto	7	5	12
	Santarém	1	1	2
	S Miguel	1	1	2
	Setúbal	2		2
	Viana Castelo	2	1	3
	TOTAIS	30	22	

# Programa Horário Braga | Pombal

Sábado - 18 de janeiro de 2025							
Horas	Prova	Género	Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na Câmara de Chamada			Horário de entrada na Pista
15:00	Comprimento	Fem.	13:30	14:15	-	14:25	14:30
15:00	400 m	Masc.	13:30	14:35	-	14:45	14:50
15:00	Vara	Fem.	13:30	13:45	-	13:55	14:00
15:10	Altura	Masc.	13:40	14:25	-	14:35	14:40
15:25	400 m	Fem.	13:55	15:00	-	15:10	15:15
15:45	800 m	Masc.	14:15	15:25	-	15:35	15:38
16:00	800 m	Fem.	14:30	15:40	-	15:50	15:53
16:15	60 m	Masc.	14:45	15:50	-	16:00	16:05
16:25	Comprimento	Masc.	14:55	15:40	-	15:50	15:55
16:30	60 m	Fem.	15:00	16:05	-	16:15	16:20
16:45	1 500 m	Masc.	15:15	16:25	-	16:35	16:38
16:50	Peso (7,260 kg)	Masc.	15:20	16:05	-	16:15	16:20
17:05	1 500 m	Fem.	15:35	16:45	-	16:55	16:58
17:25	60 m bar (1,06)	Masc.	15:55	17:00	-	17:10	17:15
17:45	60 m bar (0,84)	Fem.	16:15	17:20	-	17:30	17:35
17:50	Vara	Masc.	16:20	16:35	-	16:45	16:50
17:55	Triplo Salto	Fem.	16:25	17:10	-	17:20	17:25
18:00	3 000 m	Masc.	16:30	17:40	-	17:50	17:53
18:10	Altura	Fem.	16:40	17:25	-	17:35	17:40
18:15	3 000 m	Fem.	16:45	17:55	-	18:05	18:08
18:30	5 000 m marcha	Masc.	17:00	18:10	-	18:20	18:23
18:40	Peso (4 kg)	Fem.	17:10	17:55	-	18:05	18:10
19:10	3 000 m marcha	Fem.	17:40	18:50	-	19:00	19:03
19:15	Triplo Salto	Masc.	17:45	18:30	-	18:40	18:45
19:35	4x400 m	Masc.	18:05	19:10	-	19:20	19:25
19:55	4x400 m	Fem.	18:25	19:30	-	19:40	19:45

- **Confirmações dos atletas:**

- Online, na plataforma FPA Competições - em <https://fpacompeticoes.pt>
- Desde as 19:00 horas de 6ª 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 - Estafeta:**

- Carecem de autorização do Delegado Técnico e só poderão ser autorizadas se:
  - Existir devida justificação médica (i.e. comprovação de impossibilidade de participação na prova do atleta confirmado);
  - O pedido for solicitado **antes da hora de início de entrada na câmara de chamada.**
  - 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.

## Procedimentos de confirmações e substituições de última hora

- **Braga**

- Link: <https://fpacompeticoes.pt/4335/competicao>

- **Pombal**

- Link: <https://fpacompeticoes.pt/4341/competicao>

## Regras específicas – limites de participação

- 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.
- Os atletas do escalão de sub-18 poderão participar em todas as provas, com exceção do lançamento do peso masculino (7,260 Kg).
- Nesta fase de apuramento, os atletas poderão realizar, no máximo, 3 provas desde que uma delas seja a estafeta.
- O disposto no número anterior não se aplica aos atletas Sub-18 e Sub-20 que apenas poderão realizar, no máximo, 2 provas.

## Regras específicas – limites de participação

- Em qualquer das fases destes campeonatos, cada clube só poderá apresentar um atleta por disciplina e uma única equipa em cada estafeta.
- Para participarem e serem classificados, os clubes terão, obrigatoriamente, que inscrever e participar com um mínimo de 7 atletas.
- Cada clube poderá pontuar com um máximo de dois (2) atletas estrangeiros independentemente da sua nacionalidade.
- 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;
- O certificado de matrícula referente ao ano escolar 2023/2024 deve ser enviado por correio eletrónico, para o endereço [lince@fpatletismo.pt](mailto:lince@fpatletismo.pt) , até quarta-feira 15 de janeiro de 2025. Não será aplicada esta exceção aos atletas cujo certificado de matrícula indicado não seja rececionado dentro do prazo estipulado.

### ▪ Concursos Verticais

- 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.
- O previsto na Regra Técnica 26.1 da WA não se aplica à Fase de Apuramento dos Campeonatos Nacionais de Clubes em Pista Coberta, na medida em que, quando apenas estiver um atleta em competição, tendo ganho a mesma, apenas poderá solicitar a colocação da fasquia a uma das alturas estipuladas e previamente comunicadas.

### ▪ Concursos Horizontais e Lançamentos

- Todos os atletas terão direito a 4 ensaios.

- 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.





- Levantamento de dorsais pelo representante do clube, junto do TIC, com indicação de um número de telemóvel para contacto em caso de necessidade
- O dorsal é único devendo ser utilizado no peito, em todas as corridas e lançamentos. Nos saltos poderá ser utilizado no peito ou no dorso, de acordo com a preferência do atleta.
- O dorsal terá que ser utilizado na totalidade da sua extensão, não podendo ser dobrado, rasgado ou reduzido de qualquer outra forma.



<b>Pista Curta</b>		
<b>Disciplina</b>	<b>Femininos</b>	<b>Masculinos</b>
<b>60 metros</b>	9,00	8,00
<b>400 metros</b>	67,00	56,00
<b>800 metros</b>	2.40,00	2.10,00
<b>1500 metros</b>	5.40,00	4.30,00
<b>3000 metros</b>	12.00,00	10.00,00
<b>60 m barreiras</b>	11,50	11,00
<b>Altura</b>	1,30	1,60
<b>Vara</b>	1,90	2,60
<b>Comprimento</b>	4,30	5,50
<b>Triplo Salto</b>	9,50	11,50
<b>Peso</b>	7,50	8,50
<b>5000/3000 m marcha</b>	20.00,00	30.00,00
<b>4 x 400 metros</b>	4.40,00	4.00,00

## Modo de progressão - Fasquias

Disciplina	Género	Progressão	Observações
<b>Altura</b>	Fem.	1,25 (+5) --> 1,35 (+4) --> 1,47 (+3) --> 1,56 (+2)	MP – 1,30
	Masc.	1,55 (+5) --> 1,65 (+4) --> 1,81 (+3) --> 1,96 (+2)	MP – 1,60
<b>Vara</b>	Fem.	1,75 (+15) --> 2,50 (+10) --> 3,00 (+6)	MP - 1,90
	Masc.	2,40 (+20) --> 3,00 (+15) --> 3,75 (+10) --> 4,35 (+7)	MP – 2,60

## Apuramento para a final

- Na fase de apuramento, a FPA elaborará uma classificação geral dos clubes segundo o valor de todas as marcas obtidas, cabendo ao primeiro classificado de cada disciplina uma pontuação equivalente ao número total de clubes (X) que integra a fase e, X-1 ao segundo, X-2 ao terceiro e assim sucessivamente. A soma dos pontos dos atletas de cada clube ditará a pontuação dos clubes.
- Definida a pontuação das equipas, estas serão seriadas por ordem decrescente do total de pontos obtidos. Na sequência dos resultados obtidos na fase de apuramento, os clubes serão seriados de acordo com as pontuações obtidas, de modo que:
- As oito primeiras equipas classificadas, em cada sexo, na fase de apuramento de 2024/2025, disputarão a fase final de Clubes da 3ª Divisão de 2024/2025;
- Para efeitos de classificação anual dos Campeonatos de Clubes, a ordenação dos clubes será definitiva a partir da 9ª posição da fase de apuramento
- Quaisquer desistências serão colmatadas pelos clubes classificados nas posições imediatas da fase de apuramento dessa mesma época

# Listagem de atletas Estrangeiros - Braga

## CAMP NAC CLUBES PISTA COBERTA - 2025 - APURAMENTO

### BRAGA - SÁBADO TARDE

Pontuam 2 atletas estrangeiros independentemente da sua nacionalidade

a) atleta estrangeiro que não pode pontuar coletivamente

b) atleta matriculado numa escola há pelo menos um ano escolar

	Clube	Género	Nome	Dorsal	Data Nasc	Nacionalidade	Obs
	ACDCVC	F	Ruth Lima	118	27/07/2007	BRA	
	CAM-VC	F	Alicia Merino	187	28/05/1993	ESP	
	CDP	F	Kudakwashe Samang	361	30/08/1989	ZIM	
	CDP	F	Letícia Bonde	362	24/04/1993	MOZ	
	LAVRA	F	Alicia Baptista	596	14/03/2007	ANG	
	LAVRA	F	Raissa Baptista	613	05/05/2009	ANG	
	PLF	F	Madalena Santos	684	14/11/2008	STP	
>2 atletas estrangeiros	CAM-VC	M	Carlos Monteiro	191	29/06/1989	CPV	
	CAM-VC	M	David Sanchez	194	07/09/1984	ESP	
	CAM-VC	M	Diego Martinez	195	25/09/2006	ESP	
	CAM-VC	M	Jakilson Neto	204	26/10/2006	STP	
	CAM-VC	M	Jocimar Neto	206	20/02/2003	STP	
	CAOV	M	Bran Nuñez	253	13/06/2005	ESP	
	CAOV	M	Wilson Cabral	261	03/04/1993	CPV	
>2 atletas estrangeiros	CDP	M	Diogo Xu	349	14/09/2009	CHN	
	CDP	M	Fabio Zhou	351	21/04/2008	CHN	
	CDP	M	Víctor Castro	375	07/12/1980	ESP	
	CDP	M	Vitor Silva	376	07/12/2008	BRA	
	CFOD	M	João Bandeira	401	16/12/1994	BRA	
	CFOD	M	Sebastian Salom	410	28/12/2009	ECU	
	SCS	M	Éndryl Rodrigues	699	25/04/2000	BRA	

CAMP NAC CLUBES PISTA COBERTA - 2025 - APURAMENTO

POMBAL - SÁBADO TARDE

Pontuam 2 atletas estrangeiros independentemente da sua nacionalidade

a) atleta estrangeiro que não pode pontuar coletivamente

b) atleta matriculado numa escola há pelo menos um ano escolar

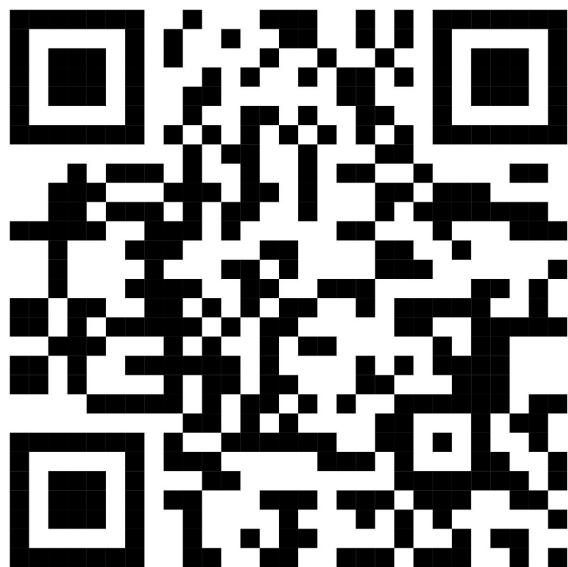
	Clube	Género	Nome	Dorsal	Data Nasc	Nacionalidade	Obs
>2 atletas estrangeiros	AAC	F	Carla Silveira	40	17/01/2005	ANG	
	AAC	F	Katerina Silerova	60	29/09/2002	CZE	
	AAC	F	Shafaq Manek	78	19/02/1998	PAK	
	ACB-L	F	Eunice Ferreira	86	09/09/2009	ANG	
	CASJ	F	Ana Clara Araujo	263	26/02/2009	BRA	
	CASJ	F	Anna Titimets	267	05/03/1989	UKR	
Considerada "Atleta portuguesa"	CASJ	F	Nicolle Ghirlanda	288	09/01/2009	SUI	b)
	COP	F	Angelina Volkmar	415	11/09/2008	GER	
Considerada "Atleta portuguesa"	COP	F	Deborah Ponciano	421	22/10/2009	BRA	b)
>2 atletas estrangeiros	AABV	M	Breno Correa	11	28/07/2008	BRA	
	AABV	M	Kleber Shogum	20	03/04/1975	BRA	
	AABV	M	Trystan Wees	29	05/11/2005	NED	
>2 atletas estrangeiros	AAC	M	Ademola Fagbemi	31	26/06/2002	NGR	
	AAC	M	Bruno Guilherme	39	24/11/2003	CPV	
	AAC	M	Eduardo Pereira	46	07/10/1994	BRA	
	AAC	M	Leonardo Schwindt	62	24/03/1976	ITA	
	AAC	M	Oskar Ehrhardt	71	02/07/2001	NZL	
	AAC	M	Simon Procházka	79	11/01/2000	CZE	
	ADREP	M	Santiago Sanabria	167	19/02/2007	COL	
AEAC	M	João Lima	174	12/02/2006	BRA		
AEAC	M	Luiz Silva	177	10/11/2003	BRA		
CANAZ	M	Djiba Ka	237	10/12/2007	SEN		
CASJ	M	Miguel Parejo	286	02/06/2006	NED		
CASJ	M	Orest Bulak	289	15/08/1984	UKR		
COP	M	Matheus Borges	434	05/03/2001	BRA		
Considerado "Atleta português"	GDPVAV	M	Thiago Vieira	536	03/09/2007	BRA	b)
>2 atletas estrangeiros	GRE-AA	M	Eduardo Dias	541	21/10/2004	ANG	
	GRE-AA	M	Manuel Rodriguez	549	21/11/2003	ESP	
	GRE-AA	M	Xoel Otero	555	15/09/2005	ESP	

# Listagem de atletas Estrangeiros - Pombal

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

<https://fpatletismo.pt/geral/2025/01/campeonatos-nacionais-de-clubes-em-pista-curta-fase-de-apuramento>

### Lista de Sapatos aprovados pela WA



- Não é permitida a utilização dos dispositivos abaixo durante a prova:
  - Telemóveis
  - Phones/auscultadores
  - Intercomunicadores
  - Outros semelhantes que promovam a vantagem sobre os adversários

[https://certcheck.worldathletics.org/?fbclid=IwY2xjawHzFp9leHRuA2FlbQlxMQABHaQsOpflgRkfgy9ZXe51Wt9aV94-yhu64zKxAB1DecDMK8YabXoZBmyzvw\\_aem\\_OToZiHCSfrQhEh1oJR33Pw](https://certcheck.worldathletics.org/?fbclid=IwY2xjawHzFp9leHRuA2FlbQlxMQABHaQsOpflgRkfgy9ZXe51Wt9aV94-yhu64zKxAB1DecDMK8YabXoZBmyzvw_aem_OToZiHCSfrQhEh1oJR33Pw)

### Informação Técnica

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



Questões?





FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO

**MAIS Atletismo**

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES

