



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO

**CAMPEONATOS NACIONAIS DE CLUBES  
EM PISTA CURTA**

**Final 3ª divisão**

**Braga, 8 e 9 de fevereiro de 2025**

**Campeonatos Nacionais de Clubes em pista curta**  
**Final da 3ª divisão**  
Braga – Altice Forum  
8 e 9 de fevereiro de 2025

**1. PROGRAMA HORÁRIO**

Sábado - 8 de fevereiro de 2025								
Horas	Prova	Género	Divisão	Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na Câmara de Chamada			Horário de entrada na Pista
15:00	Peso (4 kg)	Fem.	III divisão	13:30	14:25	-	14:35	14:36
15:05	Comprimento	Fem.	III divisão	13:35	14:25	-	14:35	14:36
15:10	60 m	Fem.	III divisão	13:40	14:45	-	14:55	14:56
15:15	Vara	Masc.	III divisão	13:45	14:10	-	14:20	14:21
15:20	60 m	Masc.	III divisão	13:50	14:55	-	15:05	15:06
15:30	1 500 m	Fem.	III divisão	14:00	15:10	-	15:20	15:21
15:40	1 500 m	Masc.	III divisão	14:10	15:20	-	15:30	15:31
15:50	5 000 m marcha	Masc.	III divisão	14:20	15:32	-	15:42	15:43
16:10	Altura	Fem.	III divisão	14:40	15:30	-	15:40	15:41
16:30	3 000 m marcha	Fem.	III divisão	15:00	16:12	-	16:22	16:23
16:40	Comprimento	Masc.	III divisão	15:10	16:00	-	16:10	16:11
17:00	400 m (Série B)	Fem.	III divisão	15:30	16:40	-	16:50	16:51
17:08	400 m (Série A)	Fem.	III divisão	15:38	16:48	-	16:58	16:59
17:16	400 m (Série B)	Masc.	III divisão	15:46	16:56	-	17:06	17:07
17:25	400 m (Série A)	Masc.	III divisão	15:55	17:05	-	17:15	17:16
17:35	60 m	Masc.	Extra	16:05	17:10	-	17:20	17:21
17:45	60 m	Fem.	Extra	16:15	17:20	-	17:30	17:31

Domingo - 9 de fevereiro de 2025								
Horas	Prova	Género	Divisão	Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na Câmara de Chamada			Horário de entrada na Pista
10:00	Triplo Salto	Fem.	III divisão	08:30	09:20	-	09:30	09:31
10:05	Altura	Masc.	III divisão	08:35	09:25	-	09:35	09:36
10:10	800 m	Fem.	III divisão	08:40	09:52	-	10:02	10:03
10:15	Vara	Fem.	III divisão	08:45	09:10	-	09:20	09:21
10:20	800 m	Masc.	III divisão	08:50	10:02	-	10:12	10:13
10:30	3 000 m	Fem.	III divisão	09:00	10:12	-	10:22	10:23
10:50	3 000 m	Masc.	III divisão	09:20	10:32	-	10:42	10:43
11:00	Peso (7,260 kg)	Masc.	III divisão	09:30	10:25	-	10:35	10:36
11:10	60 m bar (0,84)	Fem.	III divisão	09:40	10:45	-	10:55	10:56
11:20	Triplo Salto	Masc.	III divisão	09:50	10:40	-	10:50	10:51
11:25	60 m bar (1,06)	Masc.	III divisão	09:55	11:00	-	11:10	11:11
11:40	4X400 m (Série B)	Fem.	III divisão	10:10	11:18	-	11:28	11:29

PARCEIROS INSTITUCIONAIS

PATROCINADORES



11:50	4X400 m (Série A)	Fem.	III divisão	10:20	11:28	-	11:38	11:39
12:00	4X400 m (Série B)	Masc.	III divisão	10:30	11:38	-	11:48	11:49
12:10	4X400 m (Série A)	Masc.	III divisão	10:40	11:48	-	11:58	11:59
12:20	Cerimónia Protocolar	Fem.	III divisão					
12:30	Cerimónia Protocolar	Masc.	III divisão					

## MODO DE PROGRESSÃO DAS FASQUIAS

COMPETIÇÃO	PROVA	PROGRESSÃO	OBSERVAÇÕES
<b>CN Clubes Final. 3ª Div.</b>	Altura – F	1,25 (+5) → 1,35 (+4) → 1,47 (+3) → 1,56 (+2)	MP – 1,30
	Altura – M	1,55 (+5) → 1,65 (+4) → 1,81 (+3) → 1,96 (+2)	MP – 1,60
	Vara – F	1,90 (+15) → 2,50 (+10) → 3,00 (+6)	MP – 1,90
	Vara – M	2,40 (+20) → 3,00 (+15) → 3,75 (+10) → 4,35 (+7)	MP – 2,60

MP=Marca de pontuação

## 2. NORMAS REGULAMENTARES

### 2.1. Normas Gerais

2.1.1. A participação nas provas coletivas organizadas pela FPA é reservada aos clubes portugueses que tenham a sua situação regularizada perante uma Associação Distrital e que cumpram todos os requisitos exigidos para essa competição.

2.1.2. Aos atletas que não alcancem as **marcas de pontuação definidas para estes campeonatos e mencionadas na tabela existente no ponto 6**, não será atribuída qualquer pontuação.

2.1.3. Na fase final da 3ª Divisão as equipas serão pontuadas atribuindo-se 8 pontos ao 1º classificado de cada disciplina, 7 ao 2º, e assim sucessivamente.

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

2.1.5. Para poderem pontuar nos Campeonatos Nacionais de Clubes de Pista Curta, os atletas estrangeiros deverão ser inscritos até 31 de dezembro.

2.1.5 São considerados “Atletas Portugueses” todos aqueles que detenham a nacionalidade portuguesa ou que, sendo estrangeiros, sejam menores de

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



idade e estejam matriculados numa escola portuguesa há, pelo menos, um ano escolar.

2.1.5.1 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 5 de fevereiro de 2025. Não serão enquadrados no ponto 2.1.5 os atletas cujo certificado de matrícula indicado não seja rececionado dentro do prazo estipulado.

2.1.5.2 Os atletas que já tenham enviado o certificado de matrícula referente ao ano escolar 2023/2024 para efeitos de participação numa Competição do Quadro Competitivo Nacional 2025, dispensam o cumprimento do estipulado em 2.1.5.1

2.1.6. 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.

2.1.7. Os atletas do escalão de sub-18 poderão participar em todas as provas, com exceção do lançamento do peso masculino (7,260 Kg);

## 2.2. Normas Específicas

2.2.1. Para participarem e serem classificados, os clubes terão, obrigatoriamente, que inscrever e participar com um mínimo de 7 atletas nos Campeonatos Nacionais de Pista Curta.

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. Nesta fase final, os atletas poderão participar em até duas (2) provas por jornada, num máximo de três (3) no conjunto das duas jornadas e desde que

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



uma das provas seja em estafeta.

2.2.4. A ordenação dos atletas nas corridas e concursos será da responsabilidade do Delegado Técnico, tendo em consideração as marcas dos atletas participantes na corrente época (ar livre ou pista curta) ou na época anterior (ar livre).

### **3. INSCRIÇÕES**

#### **3.2. Inscrições Preliminares**

3.2.1. As inscrições deverão ser feitas pelos clubes através da plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> impreterivelmente até às 23:59 horas da segunda-feira, dia 3 de fevereiro de 2025.

#### **3.3. Confirmação das Inscrições**

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

3.3.2. 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](mailto:fpacompeticoes@fpatletismo.pt)

### **4. CONCURSOS – ESPECIFICIDADES**

#### **4.2. Concursos Horizontais**

4.2.1. Todos os atletas terão direito a 4 ensaios.

### **5. HOMOLOGAÇÃO DE ENGENHOS**

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

5.3. Assim, os engenhos devem ser entregues na câmara de chamada para verificação até 1h30m antes da hora marcada para o início da prova respetiva.

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



- 5.4. Os engenhos aprovados serão colocados na zona de lançamentos.
- 5.5. No final da prova os engenhos aprovados e utilizados na mesma, e os não aprovados, poderão ser levantados na câmara de chamada.

## 6. MARCAS DE PONTUAÇÃO

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

## 7. APURAMENTO PARA OS CAMPEONATOS NACIONAIS DE CLUBES EM PISTA CURTA DE 2025/2026

6.1 Equipas que serão qualificadas para disputarem os Campeonatos Nacionais de Clubes em pista curta da 2ª divisão de 2025/2026:

- a) as duas (2) primeiras equipas classificadas, em cada sexo, na final dos Campeonatos de Clubes em pista curta da 3ª divisão de 2024/2025.

6.2 Equipas que serão qualificadas para disputarem os Campeonatos Nacionais de Clubes em pista curta da 3ª divisão de 2025/2026:

- a) as duas (2) equipas classificadas, em cada sexo, na 7ª e 8ª posição, na final dos Campeonatos de Clubes em pista curta da 2ª divisão de 2024/2025;

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



- b) as seis (6) equipas classificadas, em cada sexo, da 1ª à 6ª posição, na fase de apuramento para a final dos Campeonatos de Clubes em pista curta da 3ª divisão de 2025/2026.

6.3. Equipas que poderão realizar a fase de apuramento para os Campeonatos Nacionais de Clubes em pista curta da 3ª divisão da época de 2025/2026.

- a) todas as equipas não qualificadas para os Campeonatos Nacionais de Clubes em pista curta de 2025/2026.



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO

---

**MAIS Atletismo**