



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO

**39.ºs CAMPEONATOS DE PORTUGAL EM
PISTA CURTA**

Pombal, 22 e 23 de fevereiro de 2025

39.ºs Campeonatos de Portugal em pista curta

Pombal – Expocentro
22 e 23 de fevereiro de 2025

1. PROGRAMA HORÁRIO (alterado em 20/02/2025)

Sábado - 22 de fevereiro de 2025								
Horas	Prova	Género	El / Ser / Fin	Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na Câmara de Chamada		Horário de entrada na Pista	
14:50	60 m	Fem	Adap	13:20	14:25	-	14:35	14:36
15:00	60 m	Fem	Elim	13:30	14:35	-	14:45	14:46
15:10	Peso (4 kg)	Fem	Adap	13:40	14:25	-	14:35	14:36
15:10	Peso (4 kg)	Masc	Adap	13:40	14:25	-	14:35	14:36
15:10	Peso (5 kg)	Masc	Adap	13:40	14:25	-	14:35	14:36
15:28	Comprimento	Fem	Final	13:58	14:43	-	14:53	14:54
15:28	Comprimento	Fem	Adap	13:58	14:43	-	14:53	14:54
15:34	Vara	Masc	Final	14:04	14:19	-	14:29	14:30
15:36	60 m	Masc	Elim	14:06	15:11	-	15:21	15:22
16:00	5 000 m Marcha	Masc	Final	14:30	15:42	-	15:52	15:53
16:35	60 m	Fem	Final	---	16:10	-	16:20	16:21
16:45	60 m	Masc	Final	---	16:20	-	16:30	16:31
16:55	1 500 m	Fem	Séries	15:25	16:35	-	16:45	16:46
17:02	Altura	Fem	Final	15:22	16:07	-	16:17	16:18
17:15	1 500 m	Masc	Séries	15:45	16:55	-	17:05	17:06
17:35	3 000 m Marcha	Fem	Final	16:05	17:17	-	17:27	17:28
17:40	Comprimento	Masc	Final	16:10	16:55	-	17:05	17:06
17:40	Comprimento	Masc	Adap	16:10	16:55	-	17:05	17:06
18:00	400 m	Fem	Séries	16:30	17:40	-	17:50	17:51
18:40	400 m	Masc	Séries	17:10	18:20	-	18:30	18:31

Nota: os programas poderão sofrer pequenos ajustes durante a semana anterior à competição, em função do número de atletas inscritos em cada prova.

Domingo - 23 de fevereiro de 2025

Horas	Prova	Género	El / Ser / Fin	Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na Câmara de Chamada		Horário de entrada na Pista
14:30	60 m Bar (0,84)	Fem	Elim	13:00	14:05	- 14:15	14:16
14:40	Triplo Salto	Masc	Final	13:10	13:55	- 14:05	14:06
14:48	Peso (7,260 kg)	Masc	Final	13:18	14:03	- 14:13	14:14
14:55	60 m Bar (1,06)	Masc	Elim	13:25	14:30	- 14:40	14:41
15:00	Vara	Fem	Final	13:30	13:45	- 13:55	13:56
15:10	800 m	Fem	Séries	13:40	14:52	- 15:02	15:03
15:22	800 m	Masc	Séries	13:52	15:04	- 15:14	15:15
15:40	Altura	Masc	Final	14:00	14:45	- 14:55	14:56
15:45	60 m Bar (0,84)	Fem	Final	---	15:20	- 15:30	15:31
15:55	60 m Bar (1,06)	Masc	Final	---	15:30	- 15:40	15:41
16:10	200 m	Fem	Séries	14:40	15:50	- 16:00	16:01
16:20	Peso (4 kg)	Fem	Final	14:50	15:35	- 15:45	15:46
16:31	200 m	Masc	Séries	15:01	16:11	- 16:21	16:22
16:36	Triplo Salto	Fem	Final	15:06	15:51	- 16:01	16:02
17:00	3 000 m	Fem	Séries	15:30	16:42	- 16:52	16:53
17:20	3 000 m	Masc	Séries	15:50	17:02	- 17:12	17:13
17:55	4X400 m	Fem	Séries	16:25	17:33	- 17:43	17:44
18:05	4X400 m	Masc	Séries	16:35	17:43	- 17:53	17:54

MODO DE PROGRESSÃO DAS FASQUIAS

PROVA	PROGRESSÃO	OBSERVAÇÕES
Altura – F	1,50 (+4) → 1,58 (+3) → 1,70 (+2)	MQ – 1,60
Altura – M	1,80 (+5) → 1,90 (+4) → 1,94 (+3) → 2,12 (+2)	MQ – 1,93
Vara – F	2,80 (+20) → 3,00 (+15) → 3,60 (+10) → 4,00 (+6)	MQ – 3,10
Vara – M	3,90 (+20) → 4,30 (+15) → 4,90 (+10) → 5,40 (+7)	MQ – 4,40

TÁBUAS

DISCIPLINA	TÁBUA
Triplo Salto Feminino	11,00 metros
Triplo Salto Masculino	13,00 metros

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



2. NORMAS REGULAMENTARES

2.1. Regras Gerais

- 2.1.1. Poderão participar atletas masculinos e femininos, do escalão de Sub-20 e Seniores que tenham obtido as marcas que se indicam na Tabela de Marcas de Qualificação que constam no ponto 8 deste regulamento, dentro do período estipulado e que se enquadrem numa das seguintes situações:
- 2.1.1.1. Sejam Portugueses e estejam filiados numa Associação Distrital ou numa Federação Estrangeira Congénere;
- 2.1.1.2. Sejam estrangeiros e estejam filiados numa Associação Distrital;
- 2.1.1.3. Sejam estrangeiros filiados numa Federação Congénere, e tenham obtido autorização expressa da FPA para participar nesta Competição.
- 2.1.2. Os atletas referidos em 2.1.1.3 não terão direito quer ao título de Campeão individual quer aos respetivos lugares de honra e os mesmos não poderão aceder às finais;
- 2.1.3. 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.
- 2.1.3.1. O certificado de matrícula referente ao ano escolar 2023/2024 deve ser enviado por correio eletrónico, para o endereço lince@fpatletismo.pt, até quarta-feira 19 de fevereiro de 2025. Não serão enquadrados no ponto 2.1.3 os atletas cujo certificado de matrícula indicado não seja rececionado dentro do prazo estipulado.
- 2.1.4. 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

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



estipulado em 2.1.3.1

2.1.5. Se o atleta faltar a alguma das provas em que se inscreveu e confirmou a participação, ou não comparecer a uma final para a qual tenha sido apurado sem apresentar justificação prévia e válida, não será autorizado a participar nas restantes.

2.1.5.1. Caso o atleta apresente justificação médica para tal, poderá ser autorizado pelos Delegados Técnicos a participar em outras provas, desde que estas não ocorram no mesmo dia de competição

2.1.6. Nas estafetas apenas poderá participar uma equipa de cada clube.

2.1.6.1. Não é permitida a inscrição de equipas de estafetas constituídas por atletas individuais ou por atletas de diferentes clubes;

2.1.7. As corridas de distância igual ou superior a 200 metros, bem como as corridas de estafetas serão disputadas por séries.

2.2. Regras Específicas

2.2.1. Aos atletas 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.

3. INSCRIÇÕES

3.1. Inscrições Preliminares

3.1.1. As inscrições deverão ser feitas pelos clubes ou atletas individuais através da plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> impreterivelmente até às 23:59 horas da segunda-feira, dia 17 de fevereiro 2025.

3.1.2. Inscrições de atletas filiados numa Federação estrangeira serão enviadas para a FPA via Federação Membro da World Athletics.

3.1.3. Cada atleta deverá ser inscrito apenas no número máximo de provas permitido pelo regulamento.

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



3.2. Se após a receção das inscrições se verificar que o número de inscritos por via de Marca de Qualificação numa determinada disciplina se situa aquém do desejado, serão admitidos mais atletas entre os propostos com Marca de Inscrição Condicional até se chegar ao número pretendido em cada disciplina:

Disciplinas	C. Portugal P. Curta
60m	24 atletas
200 m	16 atletas
400m	16 atletas
800m	16 atletas
1500m	16 atletas
3000m	12 atletas
Marcha	12 atletas
60barr	16 atletas
Concursos H	12 atletas
Concursos V	12 atletas
Estafetas	8 equipas

3.2.1. Estes atletas serão escolhidos pela DTN, após verificação da lista de inscrições e tomando em consideração o Ranking de marcas obtidas depois de 1 de janeiro de 2024.

3.2.2. Assim, os atletas sem Marca de Qualificação para o Campeonato de Portugal de 2025, e que tenham Marca de Inscrição Condicional, devem inscrever-se e aguardar pelo dia 19 de fevereiro de 2025 (quarta-feira) para saberem se foram admitidos.

3.3. As confirmações serão realizadas on-line e estarão disponíveis entre as 19:00 horas da véspera do primeiro dia do Campeonato e até 90 minutos antes do início de cada prova em <https://fpacompeticoes.pt>, sendo necessário que cada clube ou atleta faça o seu login para o efeito. Os atletas poderão também fazer a confirmação da sua prova através do seu número de documento de identificação.

3.4. 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.

3.5. Os atletas participantes nas estafetas deverão ser inscritos previamente tal como para qualquer prova individual.

3.6. A confirmação online das estafetas, incluindo a ordem de participação dos atletas, poderá ser realizada ou alterada até à hora de abertura da câmara de chamada para a final ou série em que o Clube participará.

4. MODOS DE APURAMENTO E CONSTITUIÇÃO DAS SÉRIES

4.1. Os modos de apuramento para as finais das corridas serão decididos pelos Delegados Técnicos com base no número de atletas que confirmem a sua participação e, sempre que possível, nas Regras da World Athletics.

4.2. Os delegados técnicos também decidirão a distribuição dos atletas pelas séries de acordo com as regras da World Athletics.

4.3. Os Atletas Estrangeiros filiados na FPA poderão participar nos Campeonatos de Portugal, respeitando as seguintes limitações para atletas estrangeiros:

4.3.1. Em todas as corridas com eliminatórias, não têm acesso às finais;

4.3.2. Em corridas disputadas por séries, apenas poderão participar na série principal 25% de atletas estrangeiros relativamente ao número de atletas presentes na série;

4.3.3. Nos saltos em altura e com vara não há condicionamento de acesso à final;

4.3.4. Nos restantes concursos não têm direito aos três ensaios finais, exceto quando houver um número de atletas igual ou inferior a oito.

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 homologação até 90 minutos antes da hora marcada para o início da respetiva prova.

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 recolhidos na Câmara de Chamada.

6. CLASSIFICAÇÕES

6.1. Nestes Campeonatos existirá classificação individual.

7. PRÉMIOS

7.1. Serão atribuídas medalhas aos atletas classificados nos três primeiros lugares em cada disciplina e género.

7.2. Só têm direito ao título de campeão individual e respetivos lugares de honra, os atletas que estejam enquadrados no ponto 2.1.3.

8. SISTEMA DE QUALIFICAÇÃO

8.1. Período de Qualificação

8.1.1. Serão aceites para efeito de inscrição nestes campeonatos marcas obtidas entre 1 de janeiro de 2024 e até ao fim-de-semana antes da competição (Marcas de Qualificação ou Marcas de Inscrição Condicional).

8.2. Tabela de Marcas de Qualificação

Disciplina	Masculinos		Femininos	
	MQ	MIC	MQ	MIC
60m	7,00 10,95 (100m)	7.10	7,90 12,50 (100m)	8,00
200m	22,60 (pc) 22,00 (ar livre)	22,80 (pc)	26,00 (pc) 25,25 (ar livre)	26,50 (pc)
300/400m	50,00 (pc) 49,00 (ar livre)	50,50 (pc)	59,50 (pc) 58,50 (ar livre)	60,00 (pc)
800m	1.54,00	1.56,00	2.17,00	2.19,00
1500m	3.50,00	3.55,00	4.36,00	4.40,00
3000m	8.20,00	8.30,00	9.50,00	10.00,00
60mb	8,60 16,00 (110mB)	8.70	9,40 15,60 (100mB)	9.55
Altura	1,93	1,91	1,60	1,58

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



Vara	4,40	4,30	3,10	3,00
Comprimento	7,00	6,90	5,55	5,45
Triplo	14,25	14,10	11,70	11,50
Peso	14,00	13,80	11,70	11,50
5.000/3.000m marcha	23.30,00	23.45,00	15.45,00	16.00,00
4x200m/4x400m	3:30,00	3:35,00	4:08,00	4:16,00

8.3 Acesso Extraordinário

8.3.1 Poderão ainda ser aceites excepcionalmente nestes campeonatos atletas portugueses ou estrangeiros sem as Marcas de Inscrição definidas em 8.2.



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO

MAIS Atletismo