



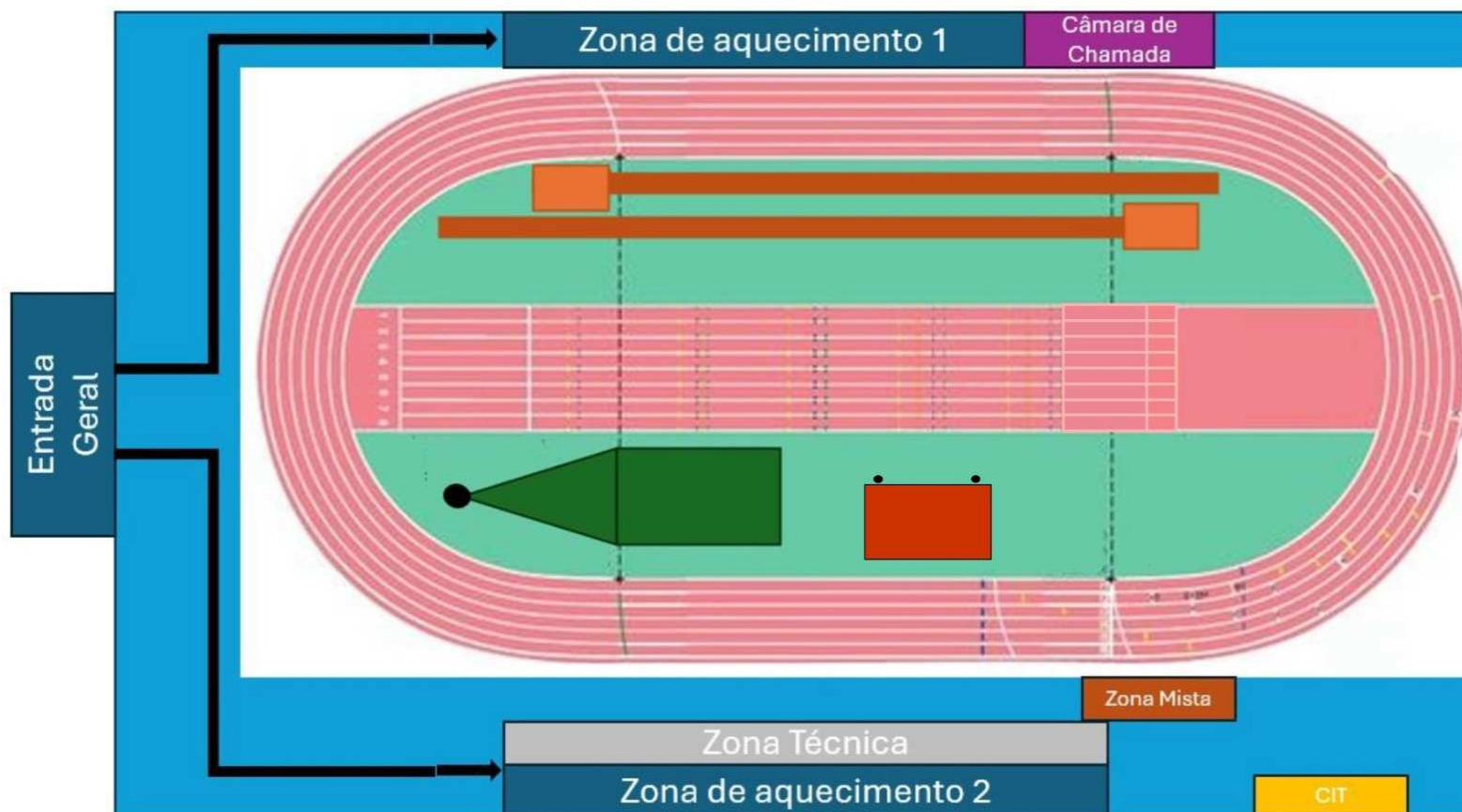
# REUNIÃO TÉCNICA

23<sup>º</sup>s CAMPEONATOS NACIONAIS DE SUB-20 EM PISTA  
POMBAL, 15 e 16 DE FEVEREIRO DE 2025

FUNÇÃO	Nome
Representante da Direção FPA	Sérgio Guedes
Regulamentação	António Graça
Júri de Apelo	*A constituir em caso de necessidade
Diretor de Competição	Claúdia Carvalhido (AAB)
Delegado de Técnico	Rui Loução (AsAS)
<b>Diretor de Reunião</b>	Cristóvão Jorge (ADAL)
Diretor Técnico	Gustavo Gomes (ADAL)
Delegado de Doping	Augusto Cavaleiro (ADAC)
Árbitro da Câmara de Chamada	Tiago Miranda (ADAC)
Árbitro de Partidas	Filipe Antunes (AAB)
Árbitro de Provas de Pista	Andreia Martins (AALg)
Árbitros dos Concursos	Argentina Cordeiro (ADAC) + Elsa Gonçalves (AAB) + Luis Ervideira (AAS)
Juiz Chefe da Marcha	Maria Odete Alves (ADAL)
Juízes de Marcha	Tânia Pinto adj (ADAL) + Diana Morgado (ADAL) + Elisabete Simão (AAL) + Pedro Martins (AAG) + Teodoro Marujo (AAL) + Cristiano António Sec (ADAL)
Juiz de Partida	Paulo Costa (AASM)
Juiz Chefe Cronometragem	João Duarte Silva (AAVC)

## Oficiais de Competição

## Mapa Geral de Fluxos



## Programa Horário

Sábado - 15 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
15:00	60 m	Fem	Elim.	13:30	14:35	-	14:45	14:50
15:10	Peso (6 kg)	Masc	Final	13:40	14:25	-	14:35	14:40
15:20	Vara	Masc	Final	13:50	14:05	-	14:15	14:20
15:30	60 m	Masc	Elim.	14:00	15:05	-	15:15	15:20
15:35	Comprimento	Fem	Final	14:05	14:50	-	15:00	15:05
16:00	3 000 m Marcha	Fem	Final	14:30	15:40	-	15:50	15:53
16:25	60 m	Fem	Final	-- --	16:00	-	16:10	16:15
16:35	60 m	Masc	Final	-- --	16:10	-	16:20	16:25
16:45	1 500 m	Fem	Séries	15:15	16:25	-	16:35	16:38
16:50	Altura	Fem	Final	15:20	16:05	-	16:15	16:20
17:05	1 500 m	Masc	Séries	15:35	16:45	-	16:55	16:58
17:25	5 000 m Marcha	Masc	Final	15:55	17:05	-	17:15	17:18
17:35	Comprimento	Masc	Final	16:05	16:50	-	17:00	17:05
18:05	400 m	Fem	Séries	16:35	17:40	-	17:50	17:55
18:40	400 m	Masc	Séries	17:10	18:15	-	18:25	18:30

## Programa Horário

Domingo - 16 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
09:30	3 000 m	Fem	Séries	08:00	09:10	-	09:20	09:23
09:50	3 000 m	Masc	Séries	08:20	09:30	-	09:40	09:43
09:55	Triplo	Fem	Final	08:25	09:10	-	09:20	09:25
10:00	Altura	Masc	Final	08:30	09:15	-	09:25	09:30
10:05	Vara	Fem	Final	08:35	08:50	-	09:00	09:05
10:20	800 m	Fem	Séries	08:50	10:00	-	10:10	10:13
10:35	800 m	Masc	Séries	09:05	10:15	-	10:25	10:28
10:55	60 m bar (0,84)	Fem	Elim.	09:25	10:30	-	10:40	10:45
11:10	Peso (4 kg)	Fem	Final	09:40	10:25	-	10:35	10:40
11:20	60 m bar (1,00)	Masc	Elim.	09:50	10:55	-	11:05	11:10
11:40	200 m	Fem	Séries	10:10	11:15	-	11:25	11:30
11:50	Triplo	Masc	Final	10:20	11:05	-	11:15	11:20
12:00	200 m	Masc	Séries	10:30	11:35	-	11:45	11:50
12:20	60 m bar (0,84)	Fem	Final	-- --	11:55	-	12:05	12:10
12:30	60 m bar (1,00)	Masc	Final	-- --	12:05	-	12:15	12:20
12:40	4x400 m	Fem	Séries	11:10	12:15	-	12:25	12:30
13:00	4x400 m	Masc	Séries	11:30	12:35	-	12:45	12:50

Disciplina	Género	Progressão
Altura	Fem.	1,43 (+4) → 1,51 (+3) → 1,63 (+2)
Altura	Masc.	1,70 (+5) → 1,75 (+4) → 1,83 (+3) → 1,95 (+2)
Vara	Fem.	2,20 (+20) → 2,40 (+15) → 2,70 (+10) → 3,30 (+6)
Vara	Masc.	2,90 (+20) → 3,30 (+15) → 3,75 (+10) → 4,35(+7)

### Meias Luas (Lançamento do Peso)

Masc – 14m/12 m

Fem – 12m/10 m

### Tábuas(Triplo Salto)

Fem – 11m/9 m Masc – 13m/11 m

### Réguas

Comp Fem – até 6 m Comp Masc – até 8 m

Triplo Fem – até 13 m Triplo Masc – até 15 m

- **Confirmações dos atletas:**

- Online, na plataforma FPA Competições - em <https://fpacompeticoes.pt/>
- Desde as 19:00 horas da véspera do primeiro dia do Campeonato, mantendo-se abertas até 90 minutos antes de cada prova, em <https://fpacompeticoes.pt/>

- **Estafetas:**

- 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.

## Regras Específicas

- 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 poderão participar em até duas (2) provas por jornada, num máximo de três (3) no conjunto das duas jornadas e desde que uma das provas seja em estafeta;
- Aos atletas que participaram nos Campeonatos Nacionais de Provas Combinadas apenas será permitido realizar 2 provas nestes Campeonatos Nacionais;



## Regras Específicas

- Nestes Campeonatos Nacionais, cada clube poderá apresentar mais do que dois (2) atletas estrangeiros, mas apenas poderá pontuar com dois (2) deles. Esses atletas deverão ser previamente identificados, no momento do levantamento dos dorsais, e só esses poderão ter acesso às finais de cada disciplina
- Para poderem pontuar nos Campeonatos Nacionais de Sub-20 em Pista Curta, os atletas estrangeiros deverão ser inscritos até 31 de dezembro

Os Atletas Estrangeiros filiados na FPA poderão participar nos Campeonatos Nacionais de Sub-20, respeitando as seguintes limitações **para atletas estrangeiros que não contam para a classificação coletiva:**

- 4.3.1. Em todas as corridas com eliminatórias, não têm acesso às finais;
- 4.3.2. Os atletas estrangeiros que não contam para a classificação coletiva não poderão aceder às finais.
- 4.3.3. Em corridas disputadas por séries, apenas poderão participar na série principal 25% de atletas estrangeiros relativamente ao número de atletas presentes na série;
- 4.3.4. Nos saltos em altura e com vara não há condicionamento de acesso à final;
- 4.3.5. Nos restantes concursos não têm direito aos três ensaios finais, exceto quando houver um número de atletas igual ou inferior a oito

## Listagem de Atletas Estrangeiros- F

### CAMP NAC SUB-20 EM PISTA COBERTA - 2025

Atletas estrangeiros

a) não podem ir ao pódio

b) matriculados numa escola há pelo menos um ano escolar (considerados portugueses)

c) que não podem pontuar coletivamente

Estafeta com algum atleta estrangeiro não pode ir ao pódio

Prova	Clube	Género	Nome	Dorsal	Data Nasc	Nacionalidade	IRT	Data Inscr	Obs
3.000m Marcha	SCP	F	Laura Vidal	266	17/02/2009	ESP	I	06/11/2024	a)
3.000m Marcha	SCP	F	Natalia Gonzalez	280	11/07/2009	ESP	R		a)
400 metros	ACDCVC	F	Ruth Lima	24	27/07/2007	BRA	T		a)
400 metros	AFS	F	Celia Castro	51	04/10/2007	ESP	R		a)
4x400 metros	ACB-L	F	Eunice Ferreira	17	09/09/2009	ANG	R		a)
4x400 metros	AFS	F	Celia Castro	51	04/10/2007	ESP	R		a)
4x400 metros	CDQ	F	Juliana Hinderyckx	107	17/04/2007	BEL	T		b)
4x400 metros	CDQ	F	Nilà Viala	109	14/05/2009	FRA	R		b)
4x400 metros	SLB	F	Amélia Pinga	300	25/06/2006	MOZ	I	25/11/2024	a)
4x400 metros	SLB	F	Aminata Baldé	301	13/05/2009	GBS	R		b)
60 metros	CDQ	F	Juliana Hinderyckx	107	17/04/2007	BEL	T		b)
60m barreiras	SLB	F	Aminata Baldé	301	13/05/2009	GBS	R		b)
Altura	CDQ	F	Nilà Viala	109	14/05/2009	FRA	R		b)
Peso 4kg	SCP	F	Ana Nascimento	246	13/09/2007	STP	R		b)
Peso 4kg	SCP	F	Lafaete Saraiva	265	11/12/2006	GBS	R		a)
Triplo	AABV	F	Nicolle Moura	13	01/11/2007	BRA	R		b)
Triplo	SLB	F	Amélia Pinga	300	25/06/2006	MOZ	I	25/11/2024	a)
Triplo	SLB	F	Aminata Baldé	301	13/05/2009	GBS	R		b)

## Listagem de Atletas Estrangeiros - M

### CAMP NAC SUB-20 EM PISTA COBERTA - 2025

#### Atletas estrangeiros

a) não podem ir ao pódio

b) matriculados numa escola há pelo menos um ano escolar (considerados portugueses)

c) que não podem pontuar coletivamente

Estafeta com algum atleta estrangeiro não pode ir ao pódio

1.500 metros	SLB	M	Alex Sierpes	299	29/10/2008	ESP	R	a)	4x400 metros	SLB	M	João Elias Lima	313	01/05/2008	BRA	T	b)
200 metros	CAP	M	Paulo Albieri	86	08/08/2008	BRA	R	b)	5.000m Marcha	SCP	M	Andrés González	247	08/09/2007	ESP	R	a)
200 metros	NDAP	M	Bruno Jin	221	31/03/2006	CHN	R	a)	5.000m Marcha	SCP	M	Diego Garcia	256	16/12/2008	ESP	I	07/11/2024 a)
3.000 metros	SLB	M	Alex Sierpes	299	29/10/2008	ESP	R	a)	60 metros	CAP	M	Paulo Albieri	86	08/08/2008	BRA	R	b)
400 metros	CDQ	M	Zachary Booth	113	13/03/2007	USA	R	b)	60 metros	NDAP	M	Bruno Jin	221	31/03/2006	CHN	R	a)
400 metros	GDPVAV	M	Thiago Vieira	158	03/09/2007	BRA	R	b)	60 metros	SCP	M	Antonio Alberto	248	15/08/2007	ANG	T	a)
400 metros	GRQL	M	Lucca Reis	168	13/09/2008	BRA	R	b)	60 metros	SLB	M	João Elias Lima	313	01/05/2008	BRA	T	b)
400 metros	SCP	M	Yunilson Brito	292	21/04/2009	ANG	R	b)	60m barreiras	CASJ	M	Miguel Parejo	93	02/06/2006	NED	R	a)
400 metros	SLB	M	Dario Nuñez	305	07/11/2006	ESP	T	a)	60m barreiras	SCP	M	Celio Quaresma	252	16/08/2006	STP	R	a)
4x400 metros	CASJ	M	Miguel Parejo	93	02/06/2006	NED	R	a)	60m barreiras	SCP	M	Yunilson Brito	292	21/04/2009	ANG	R	b)
4x400 metros	CDQ	M	Aleksandr Sulimov	103	26/06/2007	RUS	R	b)	60m barreiras	SLB	M	João Elias Lima	313	01/05/2008	BRA	T	b)
4x400 metros	CDQ	M	Mamadu Aliu Djalo	108	01/06/2007	GBS	R	b)	800 metros	SLB	M	Alex Sierpes	299	29/10/2008	ESP	R	a)
4x400 metros	CDQ	M	Zachary Booth	113	13/03/2007	USA	R	b)	Altura	SCP	M	Celio Quaresma	252	16/08/2006	STP	R	a)
4x400 metros	PFC	M	Carlos Daniel Nitas	226	13/03/2009	ROU	R	a)	Altura	SCP	M	Marcos Lara	271	22/09/2007	ESP	R	b)
4x400 metros	SCP	M	Yunilson Brito	292	21/04/2009	ANG	R	b)	Comprimento	SCP	M	Celio Quaresma	252	16/08/2006	STP	R	a)
4x400 metros	SLB	M	Alex Sierpes	299	29/10/2008	ESP	R	a)	Comprimento	SCP	M	Marcos Lara	271	22/09/2007	ESP	R	b)
4x400 metros	SLB	M	Christian Sierpes	304	24/08/2007	ESP	R	a)	Peso 6kg	SLB	M	Emerson Pereira	310	15/04/2009	CPV	R	b)
4x400 metros	SLB	M	Dario Nuñez	305	07/11/2006	ESP	T	a)	Triplo	AJL	M	Matheus Berg	57	24/07/2008	BRA	R	a)
4x400 metros	SLB	M	Emerson Pereira	310	15/04/2009	CPV	R	b)	Vara	SCP	M	Celio Quaresma	252	16/08/2006	STP	R	a)

## Limites à participação

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, não será autorizado a participar nas restantes;

Caso apresente justificação médica para tal, poderá ser autorizado pelo Delegado Técnico a participar em outras provas, desde que estas não ocorram no mesmo dia de competição

## Dorsais



11  
CONCEIÇÃO  
AACC

Raquel Conceição | S23

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



MATOS  
50  
GDP-L

João Matos | J44

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



- Levantamento de dorsais pelo representante do clube, junto do TIC, com indicação de um número de telemóvel para contacto em caso de urgência.
- A utilização dos dois dorsais é obrigatória, pelo que os atletas devem ser portadores de alfinetes em número suficiente.
- **O dorsal com o número em grande deve ser sempre utilizado na frente, sendo o outro utilizado nas costas. No saltos, em que é permitida a utilização de, apenas, um dorsal, deve ser o dorsal com o número em grande, o utilizado.**
- Os dorsais terão que ser utilizados na totalidade da sua extensão, não podendo ser dobrados, rasgados, ou reduzidos de qualquer outra forma.

- 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.**

## Classificação Individual e Coletiva

- 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
- Serão atribuídos pontos aos primeiros atletas pontuáveis para a classificação coletiva de cada prova: 12 pontos até 1 ponto.
  - Entende-se por atleta pontuável para a classificação coletiva, o atleta melhor classificado de cada clube em cada disciplina.
  - Atletas não pontuáveis para a classificação coletiva
    - Os restantes atletas da equipa que já tenha pontuado nessa disciplina;
    - Atletas individuais;
    - Atletas estrangeiros que não contam para a classificação coletiva.



## Classificação Individual e Coletiva

- 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
- Acresce a esta pontuação os pontos obtidos pelas equipas nos Campeonatos Nacionais de Provas Combinadas
- Os casos de empate serão decididos a favor dos clubes que obtiverem mais primeiros lugares no conjunto das provas do programa. Se o empate subsistir, aplicar-se-á o mesmo critério em relação aos segundos lugares, e assim sucessivamente.
  
- Serão atribuídas medalhas aos atletas classificados nos três primeiros lugares em cada disciplina e género e troféus às três equipas mais pontuadas em cada género.
- Só têm direito ao título de campeão individual e respetivos lugares de honra, os Atletas que estejam enquadrados no ponto 2.1.3 (**atletas portugueses e estrangeiros menores de idade que tenham certificado de matrícula há pelo menos um ano escolar e tenham apresentado esse documento até 4ª feira**)



## Cerimónias Protocolares

A colaboração dos atletas e equipas é fundamental para a realização de uma cerimónia protocolar dignificante.

- **Respeito pelos horários indicados;**
- **Respeito pelas indicações dadas após a chegada ou o fim dos concursos.**

Na cerimónia de entrega de medalhas/troféus os atletas devem ir equipados com o equipamento do clube e devidamente calçados (não é permitida a utilização de chinelos no pódio)

## Outras informações

### Listagem de Sapatilhas 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://worldathletics.org/about-iaaf/documents/technical-information>



**Questões?**



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO

MAIS Atletismo

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES

