



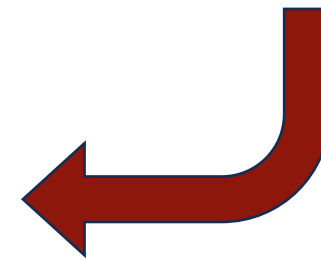
REUNIÃO TÉCNICA

CAMPEONATO NACIONAL DE VETERANOS EM
PISTA CURTA
JAMOR, 07 E 08 DE MARÇO DE 2026

Localização



 Centro de Alto Rendimento do Jamor, Av. Pierre de Coubertin, Cruz Quebrada



Mapa Geral de Fluxos



Campeonatos Nacionais de Veteranos

Função	Nome
Representante da FPA	Paulo Guerra
Júri de Apelo	<i>A constituir em caso de necessidade</i>
Diretor de Competição	Susana Silva
Delegado Técnico	Clarisse Duarte
Diretor Técnico	Clarisse Duarte
Árbitro de Partidas	Carlos Coelho
Árbitro de Provas de Pista	A Designar
Árbitro de Concursos	Andreia Monteiro e Albertino Pinto
Juiz Chefe Marcha	José Ganso
Adjunto do Juiz Chefe	A Designar
Juízes de Marcha	Marcha-José Ganso Kristina saltanovic Américo britto José Piçarra Luís dias
Juiz de Partida-	A Designar
Árbitro camera de chamada	Joaquim Graça

Oficiais de Competição

Programa Horário – Sábado – 07 de Março

Sábado - 7 de março de 2026				
Horas	Prova	Sexo	Escalões	Horário de Entrega de Prémios
14:00	3 000 m Marcha	F	Todos	14:45
14:00	60 m	F	35 e 40	15:00
14:50	3 000 m Marcha	M	Todos	15:05
14:00	Vara	M	35 a 45	15:10
14:00	Peso (7,260 kg)	M	40	15:20
14:00	Comprimento	M	55 e 60	15:30
14:20	60 m	F	45 e 50	15:40
14:40	60 m	F	55+	15:45
14:40	Comprimento	M	65+	15:50
15:00	60 m	M	35 e 40	16:00
15:00	Peso (7,260 kg)	M	35 / 45	16:10
15:30	60 m	M	45 e 50	16:15
16:00	60 m	M	55 e 60	16:20
15:30	400 m	F	35 a 45	16:30
16:00	400 m	F	50+	17:00
16:10	Comprimento	F	35 a 45	17:10
16:20	Peso (6 kg)	M	55	17:15
16:30	60 m	M	65+	17:20
16:45	Comprimento	M	45 e 50	17:25
16:30	400 m	M	35 e 40	17:30
16:50	400 m	M	45 e 50	17:50
17:00	Vara	F	Todos	18:00
17:00	Vara	M	50+	18:05
17:15	400 m	M	55 e 60	18:05
17:05	60 m bar (1,00)	M	35 a 45	18:10
17:30	60 m bar (0,68)	F	60+	18:15
17:30	60 m bar (0,68)	M	80+	18:20
17:40	Peso (6 kg)	M	50	18:25
17:40	400 m	M	65+	18:40
17:45	60 m bar (0,76)	F	50 e 55	18:45
18:00	1 500 m	F	35 e 40	19:00
18:05	60 m bar (0,76)	F	40 e 45	19:05
18:15	1 500 m	F	40 e 45	19:15
18:20	Comprimento	M	35 e 40	19:20
18:25	60 m bar (0,76)	M	70 e 75	19:25
18:30	1 500 m	F	50+	19:30
18:35	60 m bar (0,84)	F	35	19:35
18:40	Comprimento	F	50+	19:40
18:45	60 m bar (0,84)	M	60 e 65	19:45
18:45	1 500 m	M	35 e 40	19:50
19:05	60 m bar (0,91)	M	50 e 55	20:00
19:05	1 500 m	M	45 e 50	20:05
19:20	Peso (5 kg)	M	60 e 65	20:20
19:25	1 500 m	M	55 a 65	20:25
19:45	1 500 m	M	70+	20:30

Programa Horário – Domingo –
8 de março de 2026

Domingo - 8 de março de 2026				
Horas	Prova	Sexo	Escalões	Horário de Entrega de Prémios
09:00	Peso (4 kg)	M	70 e 75	10:00
09:00	Peso (3 kg)	M	80+	10:00
09:00	3 000 m	F	35 a 50	10:05
09:20	3 000 m	M	35 e 40	10:10
09:35	3 000 m	M	45 e 50	10:15
09:50	3 000 m	M	55 a 65	10:20
09:00	Triplo	F	Todos	10:30
09:00	Altura	M	35 a 45	10:45
10:15	Altura	M	50 e 55	10:45
10:10	3 000 m	F	55+	11:10
10:10	3 000 m	M	70+	11:15
10:30	Peso (3 kg)	F	60 a 70	11:30
10:30	Peso (2 kg)	F	75+	11:30
10:40	Triplo	M	60+	11:40
10:45	200 m	F	35 e 40	11:45
11:15	200 m	F	45 e 50	11:50
11:15	200 m	F	55+	11:55
11:45	Peso (3 kg)	F	50 e 55	12:45
11:50	200 m	M	35 e 40	12:50
12:10	Triplo	M	45 a 55	13:10
12:15	200 m	M	45 e 50	13:15
12:15	Altura	F	35 a 50	13:20
12:40	200 m	M	55 e 60	13:40
13:05	200 m	M	65+	14:05
13:15	Altura	F	55+	14:15
13:15	Altura	M	60+	14:20
13:20	800 m	F	35 e 40	14:25
13:30	Peso (4 kg)	F	35 a 45	14:30
13:35	800 m	F	45 e 50	14:35
13:52	800 m	F	55+	14:50
14:00	800 m	M	35 e 40	15:00
14:10	Triplo	M	35 e 40	15:10
14:15	800 m	M	45 e 50	15:15
14:35	800 m	M	55 e 60	15:35
14:50	800 m	M	65+	15:50

Procedimentos de confirmação

- **Confirmações dos atletas:**
 - NÃO EXITE CONFIRMAÇÕES
- **Estafetas:**
 - As estafetas carece da inclusão da ordem de participação dos atletas na plataforma, de acordo com os percursos que vão realizar. A entrega do documento no secretariado vai servir de confirmação e pagamento no respetivo valor de 10€ por equipa.

Limites à participação

- 4.2. Cada atleta poderá participar em 3 provas individuais + a estafeta, no máximo de 2 provas por jornada.
- 3.1.3. Cada inscrição terá um valor de 4.00€ por prova. A estafeta será taxada a 10.00€ (4x2,50), no próprio local, até 2 horas antes da hora agendada para a competição.
- 3.2. Substituições de última hora nas estafetas
 - 3.2.1. Após terminado o prazo para a confirmação da participação de equipas de estafetas e da ordem de participação dos atletas nas mesmas, as equipas poderão realizar alterações a essas inscrições, até 10 minutos antes da hora prevista para a abertura da câmara de chamada para a estafeta em questão;

6. CLASSIFICAÇÕES

- 6.1. Nestes campeonatos haverá classificação individual por género e coletiva.
- 6.2. As classificações coletivas serão obtidas através da pontuação dos 8 melhores atletas/equipas classificados em cada prova, género e escalão, e que tenham alcançado a Marca Mínima de Pontuação (MMP), segundo as tabelas de pontos por género/escalões (ver ponto 8).
- 6.3. Os atletas estrangeiros não podem adquirir títulos individuais, mas podem contar para a classificação coletiva no máximo 2 atletas estrangeiros por equipa, desde que inscritos até 31 de dezembro.
- 6.4. Aos 8 melhores atletas/equipas de cada prova, género e escalão (que tenham atingido as MMP), serão atribuídos respetivamente ao 1º classificado 8 pontos, ao 2º classificado 7 pontos, e assim sucessivamente, até 1 ponto ao 8º classificado.
- 6.5. Efetuado o somatório dos pontos dos atletas, vencerá o Clube que obtiver maior pontuação por género.
- 6.6. Os casos de empate serão decididos a favor dos clubes que obtiverem mais primeiros lugares no conjunto das provas do programa completo. Caso o empate subsista, aplicar-se-á o mesmo critério em relação aos segundos lugares e assim sucessivamente, até ao desempate.

Frente

Dorsais

11
CONCEIÇÃO
AACC

Raquel Conceição | S23

Costas

MATOS
50
GDP-L

João Matos | AUV

- Levantamento de dorsais - 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. Nos 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.

5. REGULAMENTAÇÃO TÉCNICA

5.1. Na prova de salto em comprimento a colocação da tábua estará a 1 ou 3 metros, devendo os atletas dar a indicação aos juízes da sua escolha. Devem saltar todos os atletas com a tábua a 1 metro e na sequência os atletas com a tábua a 3 metros, e assim sucessivamente. No Salto em altura, a altura inicial é definida pelos atletas no local da prova.

5.2. Características técnicas das de barreiras e de peso:

Sexo	Escalão	Distância	Nº Bar.	Altura	Dist. 1ª Bar.	Entre Bar.	Últ. À meta
Femininos	35/39	60	5	0,840	13,00	8,50	13,00
	40/49	60	5	0,762	12,00	8,00	16,00
	50/59	60	5	0,762	12,00	7,00	20,00
	60/69	60	5	0,686	12,00	7,00	20,00
	70/...	60	5	0,686	12,00	7,00	20,00
Masculinos	35/49	60	5	0,991	13,72	9,14	09,72
	50/59	60	5	0,914	13,00	8,50	13,00
	60/69	60	5	0,840	12,00	8,00	16,00
	70/79	60	5	0,762	12,00	7,00	20,00
	80/...	60	5	0,686	12,00	7,00	20,00

Sexo	Escalão	Peso
Femininos		Shot Put
	35/49	4,00
	50/59	3,00
	60/74	3,00
	>75	2,00
Masculinos	35/49	7,26
	50/59	6,00
	60/69	5,00
	70/79	4,00
	>80	3,00

- 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.**

Classificações



- 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.

Cerimónias Protocolares



A colaboração dos atletas e equipas é fundamental para a realização de cerimónias protocolares dignificantes. Solicita-se:

- **Respeito pelos horários indicados;**
- **Respeito pelas indicações dadas após a chegada.**

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**)

Listagem de Sapatilhas WA



Não é permitido **o uso ou posse** dos dispositivos abaixo na área de competição:

- Telemóveis
- Phones/auscultadores
- Intercomunicadores
- Outros semelhantes que promovam a vantagem sobre os adversários

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



Só será autorizada a entrada de atletas e de dois treinadores por clube, não sendo permitida a entrada de quaisquer outras pessoas. Após a realização da prova ou a permanência na zona protocolar, será necessário abandonar as instalações.

Questões?



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO

MAIS Atletismo

www.fpatletismo.pt

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PARALÍMPICOS
PORTUGAL



PATROCINADORES



Vitalis



RADIANT
Desde 1948