



# REUNIÃO TÉCNICA

CAMPEONATOS NACIONAIS DE SUB-16  
6 e 7 de junho 2026, Seixal

## Oficiais de Competição

Função	Nome
Representante da Direção	Sérgio Guedes
Júri de Apelo	A definir em caso de necessidade
Delegado Técnico	Elisabete Simão (AsAS)
Diretor de Competição	André Garcia (AASM)
Diretor Técnico	Damião Freitas (AsAS)
Diretor de Reunião	António Tavares (AsAS)
Árbitro de Câmara de Chamada	António Fragoso (AAG)
Árbitro de Partidas	Luís Figueiredo (AAL)
Árbitro de Provas de Pista	Carlos Coelho (AsAS)
Árbitros de Concursos	Augusto Cavaleiro (ADAC) + Ana Cruz (AAVC) + Samuel Lopes (AsAS)
Juízes de Marcha	José Ganso (AsAS) – Juiz Chefe + Paulo Aldeagas (AAE) AJC + Joaquim Graça (AsAs) + José Santos (AsAS) + José Dias (AAL) + Miguel Ruivo (AsAS) + Teodoro Marújo (AAL) + José Piçarra (AAL) S
Juiz Chefe de Cronometragem Automática	Vasco Alves (AAP)



## Programa Horário – Sábado – 6 de junho de 2026

Horas	Prova	Sexo	E/F/S	Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na Câmara de Chamada			Horário de entrada na Pista
15:30	Disco (750 g)	F	Final	14:00	14:45	-	14:55	14:58
15:30	4x80 m	M	Séries	14:00	15:07	-	15:17	15:21
15:45	Altura	F	Final	14:15	14:50	-	15:00	15:03
15:50	4x80 m	F	Séries	14:20	15:27	-	15:37	15:41
16:15	Comprimento	M	Final	14:45	15:30	-	15:40	15:43
16:20	300 bar (0,76)	M	Séries	14:50	15:57	-	16:07	16:11
16:30	Vara	M	Final	15:00	15:00	-	15:10	15:13
16:55	300 bar (0,76)	F	Séries	15:25	16:32	-	16:42	16:46
17:35	Disco (1 kg)	M	Final	16:05	16:50	-	17:00	17:03
17:35	80 m	F	Elim.	16:05	17:12	-	17:22	17:26
18:05	80 m	M	Elim.	16:35	17:42	-	17:52	17:56
18:40	Comprimento	F	Final	17:10	17:55	-	18:05	18:08
18:45	1 500 m	F	Séries	17:15	18:25	-	18:35	18:38
19:05	1 500 m	M	Séries	17:35	18:45	-	18:55	18:58
19:10	Peso (3 kg)	F	Final	17:40	18:25	-	18:35	18:38
19:15	Dardo (600 g)	M	Final	17:45	18:30	-	18:40	18:43
19:30	80 m	F	Final	--	19:10	-	19:20	19:21
19:40	80 m	M	Final	--	19:20	-	19:30	19:31
19:50	4 000 Marcha	M	Final	18:20	19:30	-	19:40	19:43
20:25	4 000 Marcha	F	Final	18:55	20:05	-	20:15	20:18



## Programa Horário – Domingo – 7 de junho de 2026

Horas	Prova	Sexo	E/F/S	Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na Câmara de Chamada	Horário de entrada na Pista
09:00	1 500 m Obst (0,76)	F	Séries	07:30	08:40 - 08:50	08:53
09:00	Martelo (3 kg)	F	Final	07:30	08:15 - 08:25	08:28
09:05	Peso (4 kg)	M	Final	07:35	08:20 - 08:30	08:33
09:10	Triplo	M	Final	07:40	08:25 - 08:35	08:38
09:20	1 500 m Obst (0,76)	M	Séries	07:50	09:00 - 09:10	09:13
09:25	Vara	F	Final	07:55	08:15 - 08:25	08:30
09:40	800 m	F	Séries	08:10	09:20 - 09:30	09:33
10:00	800 m	M	Séries	08:30	09:40 - 09:50	09:53
10:15	Altura	M	Final	08:45	09:20 - 09:30	09:33
10:25	80 bar (0,76)	F	Elim.	08:55	10:02 - 10:12	10:16
10:50	Martelo (4 kg)	M	Final	09:20	10:05 - 10:15	10:18
11:10	100 bar (0,84)	M	Elim.	09:40	10:47 - 10:57	11:01
11:25	Triplo	F	Final	09:55	10:40 - 10:50	10:53
11:40	300 m	F	Séries	10:10	11:17 - 11:27	11:31
12:00	Dardo (500 g)	F	Final	10:30	11:15 - 11:25	11:28
12:10	300 m	M	Séries	10:40	11:47 - 11:57	12:01
12:45	100 bar (0,84)	M	Final	-- --	12:22 - 12:32	12:36
12:55	80 bar (0,76)	F	Final	-- --	12:32 - 12:42	12:46

## Procedimentos de confirmação

- **Confirmações dos atletas:**

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.

## Regras Específicas – Limitações à participação

Aos atletas do escalão de Sub-16 não é permitida a participação, no mesmo dia, em mais do que uma prova de distância igual ou superior a 300m, podendo, no entanto, participar noutras provas (concursos ou corridas, incluindo qualquer percurso em estafetas), desde que respeitando o definido na alínea seguinte:

- Os atletas do escalão de Sub-16 que participem em provas de distância igual ou superior a 800m não podem, posteriormente no mesmo dia, participar noutras provas de corrida ou de marcha, sendo esta limitação extensiva às provas de estafetas.

Os atletas poderão participar em até duas (2) provas por jornada, num máximo de três (3) no conjunto das duas jornadas.

Aos atletas que participaram nos Campeonatos Nacionais de Provas Combinadas apenas será permitido realizar 2 provas neste Campeonato Nacional.

## Dorsais



Frente



Costas

- Levantamento de dorsais pelo representante do clube, junto do TIC, com indicação de um número de telemóvel para contacto em caso de necessidade.
- 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.

## Regulamentação Técnica Específica

**As corridas de distância igual ou superior a 300 metros, bem como as estafetas, serão disputadas por séries.**

Os modos de apuramento para as finais das corridas, assim como a organização das séries e das eliminatórias, serão decididas pelo **Delegado Técnico**, em colaboração com a **Direção Técnica Nacional**, tendo como base o **número de atletas que confirmem a sua participação**, e de acordo com as **melhores marcas dos atletas no período designado para efeitos de obtenção de Marcas de Qualificação**.

**A seriação será efetuada com base nas regras da World Athletics.**

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

**Os engenhos terão que ser entregues na Câmara de Chamada até 90 minutos antes da hora marcada para o início da respetiva prova. O horário de receção de engenhos será – sábado 14horas – domingo 8horas.**

No final da prova, os engenhos aprovados e os não aprovados serão **recolhidos na câmara de chamada.**

Dimensão dos bicos dos sapatos dos atletas

**Dardo**



**Máximo 9mm**

**Outras provas**



**Máximo 6mm**



**ATENÇÃO**

## Distribuição dos atletas pelas pistas

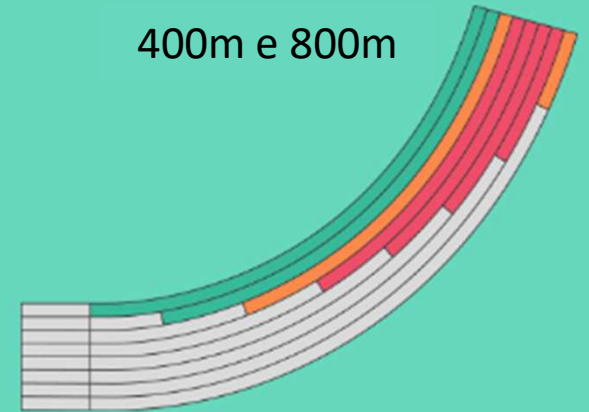
Corridas em reta



200m



400m e 800m



4

Atletas melhores  
ranqueados

2

Atletas seguintes  
no ranqueamento

2

Atletas nas últimas  
posições do  
ranqueamento

## Modo de Progressão das Fasquias e tábuas do Triplo Salto

PROVA	PROGRESSÃO	OBSERVAÇÕES
Altura – F	1,36 (+4) >> 1,48 (+3) >> 1,57 (+2)	MQ - 1,45
Altura – M	1,53 (+4) >> 1,69 (+3) >> 1,84 (+2)	MQ - 1,63
Vara – F	1,85 (+15) 2,30 (+10) 2,70 (+6)	MQ - 2,10
Vara – M	2,10 (+15) 2,70 (+10) 3,30 (+6)	MQ - 2,30

**Triplo Masculino**  9 metros e 11 metros

**Triplo Feminino**  9 metros

## Localização

### Seixal - Complexo Municipal de Atletismo Carla Sacramento



Av. Seixalíada, 2845-618 Amora



## Mapa Geral de Fluxos

## Classificações

Nesta Competição haverá **classificação individual e coletiva.**

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;

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



## Cerimónias Protocolares

Solicita-se a melhor colaboração de todos para que as **cerimónias protocolares decorram com celeridade e dignidade.**

a) Caso os atletas ou clubes **não estejam presentes na zona protocolar à hora indicada**, a cerimónia de entrega de prémios realizar-se-á **sem a presença dos mesmos**, não podendo ser imputada qualquer responsabilidade à organização.

b) Na cerimónia de entrega de medalhas, os atletas devem apresentar-se **com o equipamento oficial do clube e devidamente calçados**, não sendo permitida a utilização de **chinelos, bandeiras, cachecóis ou mensagens políticas** no pódio.

## Listagem de Atletas Estrangeiros

**Os atletas estrangeiros menores de idade que não sejam abrangidos pelo ponto 2.3. (isto é, se não estiveram matriculados numa escola portuguesa no ano letivo anterior) não poderão participar nestes Campeonatos Nacionais;**

1. A não entrega dentro do prazo impede o enquadramento nesse regime.
2. Atletas que já tenham enviado o certificado para outra competição nacional em 2026 ficam dispensados de o reenviar.

## Listagem de Atletas Estrangeiros

Clube	Nome	Sexo	Nacionalidade	Observações
AABV	Braima Sadjó	M	GBS	a)
ACB-L	Pedro Lo	M	BRA	a)
ACRDBC	Luiz Baldaia	M	BRA	a)
ADAAL	Freddie Frayling	M	GBR	a)
ADECT	Davi Mendes	M	BRA	a)
AEAC	João Valini	M	BRA	a)
AGV	Davi Soares	M	BRA	a)
CANAZ	Charles Bandeira	M	STP	a)
CAOB-A	Edmilson Pereira	M	STP	a)
CATUNES	Rogério Feitosa	M	BRA	b)*
CEN	Luiz Otavio	M	BRA	a)
CFOD	Caio Oliveira	M	BRA	a)
CFOD	Felipe Almeida	M	BRA	a)
CFOD	Ruben Hybart	M	GBR	a)
CLUVE	Hammad Ali	M	PAK	a)
CLUVE	Hassan Nawaz	M	PAK	a)
GDD	Gabriel Vasconcellos	M	BRA	a)
GDD	Thiago Vasconcellos	M	BRA	a)
GDE	Aayush Thing	M	NEP	a)
GDRV	Abiel Noronha	M	IND	a)
JIV	Diego Nagana	M	CPV	a)
JV	João Morato	M	BRA	a)
PLF	Arthur Carvalho	M	BRA	a)
SCP	Alfa Baldé Li	M	GBS	a)
SCP	Ángel Lara	M	ESP	a)
SCP	Edmilson Major	M	STP	a)
SCP	Sergei Aglichev	M	RUS	a)

\* devido à greve geral e ao feriado desta semana, a organização aceitará o certificado de matrícula até à sexta-feira que antecede a competição.

Clube	Nome	Sexo	Nacionalidade	Observações
AEAC	Luiana Manuel	F	ANG	a)
ASE	Daniela Pedro	F	ANG	a)
ASE	Wendyane Assis	F	ANG	a)
CATV	Ana Espinos	F	ESP	a)
CBA-S	Alda André	F	ANG	a)
CDOL	Nora Varga	F	HUN	a)
CDQ	Juliette Booth	F	USA	a)
CLUVE	Isabella Brandão	F	BRA	a)
CORK	Camille Santos	F	BRA	a)
GRECAS	Gilsa Santana	F	STP	a)
JDN	Uliana Kliamar	F	UKR	a)
JV	Helena King	F	ANG	a)
RC	Antônia Jung	F	BRA	a)
SCP	Clara Injai	F	GBS	a)
SCP	Josefa Da Costa	F	STP	a)
SCP	Remi Pearl Cookman	F	GBR	a)
SCP	Sophie Cornish	F	GBR	a)
SLB	Wizana De Carvalho	F	ANG	a)
THA	Clara Nicolau	F	BRA	a)
THA	Lana Raaijmakers	F	NED	a)

a) Pontua coletivamente, tem acesso a finais e a pódio.

b) Não pode participar

# Previsão Meteorológica

**Sábado**

6 Jun.



**26° / 14°**



19 - 37 km/h

**Domingo**

7 Jun.



**24° / 14°**



19 - 39 km/h

▶ 14:00		<b>25°</b>	Nuvens dispersas Sensação T. 26°	↓ Norte 5 - 26 km/h		<b>8 Muito elevado!</b> FPS: 25-50
▶ 17:00		<b>25°</b>	Nuvens dispersas Sensação T. 26°	↓ Norte 17 - 35 km/h		<b>3 Moderado</b> FPS: 6-10
▶ 20:00		<b>20°</b>	Nuvens dispersas Sensação T. 20°	↓ Norte 19 - 37 km/h		<b>0 Baixo</b> FPS: não
07:00		<b>15°</b>	Limpo Sensação T. 15°	↓ Norte 12 - 20 km/h		<b>0 Baixo</b> FPS: não
10:00		<b>19°</b>	Nuvens dispersas Sensação T. 19°	↓ Norte 12 - 26 km/h		<b>3 Moderado</b> FPS: 6-10
13:00		<b>23°</b>	Nuvens dispersas Sensação T. 25°	↓ Norte 14 - 31 km/h		<b>9 Muito elevado!</b> FPS: 25-50

## Outras Informações

### Aparelhos não permitidos

Não é permitida a utilização, entre outros, dos seguintes dispositivos:

Telemóveis

Phones / auscultadores

Intercomunicadores

Engenhos não homologados

Outros aparelhos semelhantes que permitam a comunicação de, e para, o exterior.

## Grupo para Equipas



<https://chat.whatsapp.com/CYxSs3iMPeAHmzJxXxzHIL>



**Questões?**



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO

# MAIS Atletismo

[www.fpatletismo.pt](http://www.fpatletismo.pt)

#### PARCEIROS INSTITUCIONAIS



WORLD  
ATHLETICS  
MEMBER FEDERATION



EUROPEAN  
ATHLETICS  
YOUR GREAT FOR LIFE



INSTITUTO  
PORTUGUES  
DESPORTO  
JUVENTUDE



#### PATROCINADORES



PUMA®



Vitalis



RADIANT  
Desde 1948