CAMPEONATOS NACIONAIS DE JUVENIS

1. ***NORMAS REGULAMENTARES***

1.1- Poderão participar atletas masculinos e femininos dos escalões de Iniciados e Juvenis que tenham obtido os mínimos de qualificação que se indicam na **Tabela de Mínimos**, no periodo estipulado, e que se enquadrem numa das seguintes situações:

a) sejam Portugueses e estejam filiados numa Associação Distrital ou numa Federação Estrangeira Congénere;
b) sejam estrangeiros e estejam filiados numa Associação Distrital;
c) sejam Portugueses e estejam filiados no INATEL
d) sejam estrangeiros e estejam filiados numa Federação Congénere, e tenham obtido autorização expressa da FPA para participar nesta Competição.

Os atletas referidos em d), não terão direito quer ao título de campeão individual, quer aos respectivos lugares de honra.

1.2- Se o atleta faltar a alguma das provas em que se inscreveu e confirmou a participação, sem apresentar justificação prévia e válida, não será autorizado a participar nas restantes.

1.3- O apuramento para a Final de uma prova, implica obrigatoriamente a participação nessa final. Assim, qualquer atleta que tenha sido apurado para uma final e que não compareça sem justificação prévia e válida, não será autorizado a participar nas restantes.

1.4- Nas estafetas, apenas poderá participar uma equipa de cada clube.

1.4.1- Não é permitida a inscrição de equipas de estafetas constituídas por atletas individuais, ou por atletas de diferentes clubes.

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

1.6- Os Juvenis que participem numa prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 800 metros, não poderão participar noutra prova de corrida ou de marcha nessa jornada, independentemente da ordem de participação nessas provas, com excepção de provas de velocidade ou barreiras com distâncias iguais ou inferiores a 110 metros, desde que essas provas se disputem antes da prova de corrida ou de marcha de distância igual ou superior a 800 metros onde o atleta participou.

No caso de participar na eliminatória de uma prova de velocidade ou barreiras, que se realize antes de uma prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 800 metros em que o atleta participe, se o atleta for apurado para uma final que se realize após esta prova, não poderá participar nessa final.

1.7- Os Iniciados que participem numa prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 300 metros não podem participar em mais nenhuma prova que se dispute posteriormente nessa jornada, podendo participar em provas que se disputem antes.

No caso de estar a participar num concurso que ainda não tenha terminado quando o atleta realiza uma prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 300 metros, o atleta não poderá continuar a participar nesse concurso após a realização dessa prova.

No caso de participar na eliminatória de uma prova de velocidade ou barreiras, que se realize antes de uma prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 300 metros em que o atleta participe, se o atleta for apurado para uma final que se realize após esta prova, não poderá participar nessa final.

Os atletas Iniciados podem participar em todas as provas com excepção dos 3.000 metros e dos 2.000 metros Obstáculos.

1.8- Os atletas poderão participar num máximo de quatro provas, desde que uma delas seja a estafeta curta, podendo participar no máximo em duas provas por dia.

2. INSCRIÇÕES

2.1- Inscrições Preliminares

As inscrições deverão ser feitas pelos clubes ou atletas individuais nas respectivas Associações Distritais (ou via outra Federação Membro no caso de atletas filiados numa Federação estrangeira e via INATEL no caso de atletas desta entidade) de modo que, uma vez verificadas as filiações e marcas indicadas, sejam enviadas à FPA até 9 dias antes da data prevista para a realização da competição.

As inscrições deverão indicar, obrigatoriamente e por atleta, o seu nome, as provas a que concorrerá com as respectivas melhores marcas no período considerado, o nº de licença federativa, o ano de nascimento e, caso seja estrangeiro, a respectiva nacionalidade.

Só serão consideradas as inscrições enviadas nos impressos próprios que se encontram à disposição dos interessados nas Associações Distritais de Atletismo ou em fotocópia destes.

2.2- Confirmação das Inscrições

Deverão ser respeitados os prazos de confirmação de participação por prova, assim como os horários de apresentação na Câmara de Chamada e o previsto de entrada dos atletas na pista, oportunamente divulgados e afixados no local da competição.
Chama-se a atenção para este horário, uma vez que expirado o tempo atribuído para a confirmação de inscrição, proceder-se-á de imediato à elaboração das séries e sorteio de pistas nas corridas e da ordem de ensaio nos concursos.

3. MODOS DE APURAMENTO

Os modos de apuramento nas corridas serão decididos pelos Delegados Técnicos com base no número de atletas que confirmem a sua participação e, sempre que possível, nas Regras da IAAF.

4. CONTROLO DE ENGENHOS

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 2 horas antes da hora marcada para o início da prova respectiva.

Os engenhos aprovados serão colocados na zona de lançamento e os não aprovados, poderão ser levantados na Câmara de Chamada, após a conclusão das provas.

No final de cada prova os engenhos aprovados e utilizados na mesma, devem ser levantados na Câmara de Chamada.

5. CLASSIFICAÇÕES

5.1- Nestes Campeonatos existirá classificação individual e colectiva.

5.2- Nestes Campeonatos serão pontuados até ao máximo de 12 atletas por prova, atribuindo-se ao primeiro classificado 12 pontos, ao segundo classificado 11 pontos, e assim sucessivamente, até 1 ponto ao eventual 12º classificado.

5.3- Cada clube pode apresentar a quantidade de atletas que desejar por disciplina, desde que sejam possuidores dos Mínimos de Participação, mas só poderão pontuar até um máximo de 3 (três) atletas por clube, sendo os outros para efeito de pontuação, considerados como atletas individuais.

5.4- A soma dos pontos dos atletas de cada clube ditará a pontuação do mesmo.

5.5- Nestes Campeonatos, a classificação colectiva só considerará os clubes que tenham apresentado 3 atletas pontuados ou 5 atletas a participar.

5.6- Definida a pontuação das equipas, estas serão seriadas por ordem decrescente do total de pontos obtidos.

5.7- 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.

Campeonato Nacional de Juvenis

Abrantes - Pista de Atletismo

Sábado - 30 de Junho de 2012			
15:00	Martelo (3 kg)	Fem	
15:15	100 m	Masc	Elim.
15:40	100 m	Fem	Elim.
16:00	Altura	Fem	
16:00	Comprimento	Masc	
16:05	300 m Bar (0.84 m)	Masc	Séries
16:25	300 m Bar (0.76 m)	Fem	Séries
16:45	Dardo (700 g)	Masc	
16:50	2 000 m Obst (0.76 m	Fem	
17:05	100 m	Masc	Final
17:15	100 m	Fem	Final
17:15	Vara	Masc	
17:25	300 m	Masc	Séries
17:50	300 m	Fem	Séries
18:00	Peso (5 kg)	Masc	
18:10	1 500 m	Masc	Séries
18:15	Comprimento	Fem	
18:25	1 500 m	Fem	Séries
18:40	3 000 m	Masc	
18:40	Disco (1 kg)	Fem	
18:55	4x100 m	Masc	Séries
19:10	4x100 m	Fem	Séries
19:25	5 000 m Marcha	Masc	Pista 1 a 4
19:25	5 000 m Marcha	Fem	Pista 5 a 8

Domingo - 1 de Julho de 2012			
09:00	Martelo (5 kg)	Masc	
09:30	3 000 m	Fem	
09:30	Altura	Masc	
09:30	Triplo Salto	Fem	
09:50	2 000 m Obst (0.76 m	Masc	
10:10	110 m Bar (0.91 m)	Masc	Elim.
10:30	Dardo (500 g)	Fem	
10:35	100 m Bar (0.76 m)	Fem	Elim.
10:45	Vara	Fem	
10:55	800 m	Masc	Séries
11:15	800 m	Fem	Séries
11:30	200 m	Masc	Séries
11:40	Triplo Salto	Masc	
11:45	Peso (3 kg)	Fem	
11:50	200 m	Fem	Séries
12:00	Disco (1.5 kg)	Masc	
12:10	110 m Bar (0.91 m)	Masc	Final
12:25	100 m Bar (0.76 m)	Fem	Final
12:35	4x300 m	Masc	Séries
12:55	4x300 m	Fem	Séries

MODO DE PROGRESSÃO DAS FASQUIAS	
Altura (Fem)	1,40 (+4) -> 1,52 (+3) -> 1,64 (+2)
Altura (Masc)	1,67 (+5) -> 1,77 (+4) -> 1,85 (+3) -> 1,94 (+2)
Vara (Fem)	2,10 (+14) -> 2,38 (+12) -> 2,62 (+10) -> 3,02 (+6)
Vara (Masc)	2,85 (+15) -> 3,60 (+10) -> 4,00 (+7)

MÍNIMOS DE PARTICIPAÇÃO		
PROVAS	**MASCULINOS**	**FEMININOS**
100 m	11,3 / 11,54	13,0 / 13,24
200 m	23,5 / 23,74	27,1 / 27,34
300 m	37,9 / 38,04 (300 m)	44,9 / 45,04 (300 m)
	52,5 / 52,64 (400 m)	62,0 / 62,14 (400 m)
800 m	2 03,50	2 26,00
1 500 m	4 16,00	5 00,00
3 000 m	9 20,00	11 20,00
110 m bar (0,91)	16,3 / 16,54	---
100 m bar (0,76)	---	16,8 / 17,04
300 m bar	43,4 / 43,54 (300 bar)	51,3 / 51,44 (300 bar)
	59,7 / 59,84 (400 bar)	70,8 / 70,94 (400 bar)
2 000 Obst (0,76)	6 35,00	8 25,00

MÍNIMOS DE PARTICIPAÇÃO		
PROVAS	**MASCULINOS**	**FEMININOS**
Altura	1,77	1,51
Vara	3,10	2,30
Comprimento	6,25	5,10
Triplo Salto	12,60	10,60
Peso	12,30 (5kg)	10,90 (3kg)
Martelo	35,50 (5kg)	36,00 (3kg)
Disco	33,00 (1,5kg)	26,00 (1kg)
Dardo	40,00 (700g)	27,00 (600g) 28,00 (500g)
5 000 m Marcha	29 00,00	31 00,00
4X100 m	s/mínimo	s/mínimo
4x300 m	s/mínimo	s/mínimo

Horário de Câmara de Chamada

Sábado - 30 de Junho de 2012

Horário da prova	Prova	Sexo	Tipo	Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na Câmara de Chamada	Horário de entrada na Pista
15:00	Martelo (3 kg)	Fem		14:00	14:15 - 14:25	14:30
15:15	100 m	Masc	Elim.	14:15	14:50 - 15:00	15:05
15:40	100 m	Fem	Elim.	14:40	15:15 - 15:25	15:30
16:00	Altura	Fem		14:45	15:15 - 15:25	15:30
16:00	Comprimento	Masc		15:00	15:15 - 15:25	15:30
16:05	300 m Bar (0.84 m)	Masc	Séries	15:05	15:40 - 15:50	15:55
16:25	300 m Bar (0.76 m)	Fem	Séries	15:25	16:00 - 16:10	16:15
16:45	Dardo (700 g)	Masc		15:45	16:00 - 16:10	16:15
16:50	2 000 m Obst (0.76 m)	Fem		16:05	16:25 - 16:35	16:40
17:05	100 m	Masc	Final	-- --	16:40 - 16:50	16:55
17:15	100 m	Fem	Final	-- --	16:50 - 17:00	17:05
17:15	Vara	Masc		15:45	16:00 - 16:10	16:15
17:25	300 m	Masc	Séries	16:25	17:00 - 17:10	17:15
17:50	300 m	Fem	Séries	16:50	17:25 - 17:35	17:40
18:00	Peso (5 kg)	Masc		17:00	17:15 - 17:25	17:30
18:10	1 500 m	Masc	Séries	17:25	17:45 - 17:55	18:00
18:15	Comprimento	Fem		17:15	17:30 - 17:40	17:45
18:25	1 500 m	Fem	Séries	17:40	18:00 - 18:10	18:15
18:40	3 000 m	Masc		17:55	18:15 - 18:25	18:30
18:40	Disco (1 kg)	Fem		17:40	17:55 - 18:05	18:10
18:55	4x100 m	Masc	Séries	18:10	18:30 - 18:40	18:45
19:10	4x100 m	Fem	Séries	18:25	18:45 - 18:55	19:00
19:25	5 000 m Marcha	Masc	Pista 1 a 4	18:40	19:00 - 19:10	19:15
19:25	5 000 m Marcha	Fem	Pista 5 a 8	18:40	19:00 - 19:10	19:15

Domingo - 1 de Julho de 2012

Horário da prova	Prova	Sexo	Tipo	Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na Câmara de Chamada	Horário de entrada na Pista
09:00	Martelo (5 kg)	Masc		08:00	08:15 - 08:25	08:30
09:30	3 000 m	Fem		08:45	09:05 - 09:15	09:20
09:30	Altura	Masc		08:15	08:45 - 08:55	09:00
09:30	Triplo Salto	Fem		08:30	08:45 - 08:55	09:00
09:50	2 000 m Obst (0.76 m)	Masc		09:05	09:25 - 09:35	09:40
10:10	110 m Bar (0.91 m)	Masc	Elim.	09:10	09:45 - 09:55	10:00
10:30	Dardo (500 g)	Fem		09:30	09:45 - 09:55	10:00
10:35	100 m Bar (0.76 m)	Fem	Elim.	09:35	10:10 - 10:20	10:25
10:45	Vara	Fem		09:15	09:30 - 09:40	09:45
10:55	800 m	Masc	Séries	10:10	10:30 - 10:40	10:45
11:15	800 m	Fem	Séries	10:30	10:50 - 11:00	11:05
11:30	200 m	Masc	Séries	10:30	11:05 - 11:15	11:20
11:40	Triplo Salto	Masc		10:40	10:55 - 11:05	11:10
11:45	Peso (3 kg)	Fem		10:45	11:00 - 11:10	11:15
11:50	200 m	Fem	Séries	10:50	11:25 - 11:35	11:40
12:00	Disco (1.5 kg)	Masc		11:00	11:15 - 11:25	11:30
12:10	110 m Bar (0.91 m)	Masc	Final	-- --	11:45 - 11:55	12:00
12:25	100 m Bar (0.76 m)	Fem	Final	-- --	12:00 - 12:10	12:15
12:35	4x300 m	Masc	Séries	11:50	12:10 - 12:20	12:25
12:55	4x300 m	Fem	Séries	12:10	12:30 - 12:40	12:45