

# CAMPEONATOS DE PORTUGAL

---

## 1. NORMAS REGULAMENTARES

1.1- Poderão participar atletas masculinos e femininos dos escalões de Juvenis, Juniores e Seniores que tenham obtido os mínimos de qualificação que se indicam na **Tabela de Mínimos**, no período 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 filiados numa Federação congénere e tenham obtido autorização expressa da FPA para participar nesta Competição.

Os atletas referidos em b) e d) não terão direito quer ao título de Campeão individual quer aos respectivos lugares de honra.

Os atletas estrangeiros menores de 18 anos consideram-se, para este efeito, portugueses.

1.1.1- A participação dos atletas estrangeiros nestes Campeonatos far-se-à nos seguintes termos:

- a) Em todas as corridas com eliminatórias, os atletas estrangeiros não têm acesso às finais;
- b) Em corridas de final directa e nos saltos em altura e com vara não há condicionamento de acesso à final;
- c) Nos restantes concursos os atletas estrangeiros não têm direito aos três ensaios finais excepto quando houver um número de atletas igual ou inferior a oito.

1.2- Nestes Campeonatos haverá apenas classificação individual.

1.3- 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.

1.4- Os atletas dos escalões Juvenis e Juniores poderão participar num máximo de quatro provas, desde que uma delas seja a estafeta curta, podendo participar no máximo em duas provas por dia.

1.5- Os atletas do escalão de Juvenis que participem numa prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 800m, 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 110m, desde que essas provas se disputem antes da prova de corrida ou de marcha de distância igual ou superior a 800m 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 800m em que o atleta participe, se o atleta for apurado para uma final que se realize após esta prova, não poderá participar nessa final.

Estes atletas não poderão participar nas seguintes provas: 3.000 m Obstáculos, 5.000m, Lançamento do Peso (7,260 Kg), Lançamento do Martelo (7,260 Kg), 20.000m Marcha.

1.6- Os atletas do escalão de Juniores que participem em corridas ou provas de marcha de distância igual ou superior a 1.500 metros, não poderão participar noutra corrida ou prova de marcha nessa jornada, independentemente da ordem de participação nessas provas.

## **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 da IAAF no caso de atletas filiados numa Federação estrangeira e via INATEL no caso de atletas desta entidade) de modo a 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 fotocópias destes.

### **2.2- Confirmação das Inscrições e Entrada na Pista**

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.

## **3. MODOS DE APURAMENTO PARA AS MEIAS-FINAIS E FINAIS NAS CORRIDAS**

Serão decididos pelos Delegados Técnicos após a confirmação definitiva de participação dos atletas e, sempre que possível, com base nas Regras da IAAF.

## **4. CONTROLO DE ENGENHOS**

A Organização dos Campeonatos autoriza a utilização de engenhos pessoais, desde que homologados e que sejam adicionados ao grupo de engenhos já existentes, ficando disponíveis para todos os atletas.

Assim, os engenhos devem ser entregues na Câmara de Chamada para verificação e aprovação segundo as Regras da IAAF, de acordo com o esquema mencionado no quadro seguinte:

Os engenhos pessoais aprovados serão colocados nas zonas de lançamentos respectivos para utilização geral e no final de cada prova, devem ser levantados na Câmara de Chamada.

Os engenhos não aprovados, poderão ser levantados na Câmara de Chamada, após a conclusão da prova.

# Campeonatos de Portugal em Pista

Lisboa - Estádio Universitário

Sábado - 7 de Julho de 2012			
16:00	Martelo (4 kg.)	Fem	Final
16:15	Comprimento	Masc	Final
16:40	Altura	Fem	Final
16:45	400 m	Masc	Séries
17:00	400 m	Fem	Séries
17:15	100 m	Masc	½ final
17:25	Vara	Masc	Final
17:30	100 m	Fem	½ final
17:40	Dardo (800 g)	Masc	Final
17:45	1 500 m	Masc	Séries
18:05	1 500 m	Fem	Séries
18:20	100 m	Masc	Final
18:25	Comprimento	Fem	Final
18:30	100 m	Fem	Final
18:40	3 000 m Obst.	Fem	Séries
18:45	Peso (7,260 kg)	Masc	Final
19:00	5 000 m	Masc	Séries
19:25	4 X 100 m	Masc	Séries
19:30	Disco (1 kg)	Fem	Final
19:40	4 X 100 m	Fem	Séries
19:55	10 000 m Marcha a)	Masc	Pistas 1 a 4
19:55	10 000 m Marcha a)	Fem	Pistas 5 a 8

Domingo - 8 de Julho de 2012			
16:00	Martelo (7,260 kg)	Masc	Final
16:10	110 m Bar. (1,06 m)	Masc	½ final
16:15	Triplo Salto	Fem	Final
16:25	Altura	Masc	Final
16:30	100 m Bar. (0,84 m)	Fem	½ final
16:50	200 m	Masc	½ final
17:05	200 m	Fem	½ final
17:15	Vara	Fem	Final
17:20	400 m Bar. (0,91 m)	Masc	Séries
17:30	Dardo (600 g)	Fem	Final
17:35	400 m Bar. (0,76 m)	Fem	Séries
17:50	800 m	Masc	Séries
18:05	800 m	Fem	Séries
18:15	Triplo Salto	Masc	Final
18:20	110 m Bar. (1,06 m)	Masc	Final
18:30	100 m Bar. (0,84 m)	Fem	Final
18:40	3 000 m Obst.	Masc	Séries
18:55	Peso (4 kg)	Fem	Final
19:00	Disco (2 kg)	Masc	Final
19:05	200 m	Masc	Final
19:15	200 m	Fem	Final
19:25	5 000 m	Fem	Séries
19:55	4 X 400 m	Masc	Séries
20:10	4 X 400 m	Fem	Séries

a) Nas provas de marcha serão atribuídos tempos oficiais de passagem aos 5.000m

MODO DE PROGRESSÃO DAS FASQUIAS	
Altura (Fem)	1,48 (+4) -> 1,68 (+3) -> 1,80 (+2)
Altura (Masc)	1,83 (+5) -> 1,93 (+4) -> 2,05 (+3) -> 2,14 (+2)
Vara (Fem)	2,70 (+16) -> 3,18 (+12) -> 3,90 (+10) -> 4,30 (+5)
Vara (Masc)	4,00 (+20) -> 4,40 (+15) -> 5,00 (+10) -> 5,20 (+8)

MÍNIMOS DE PARTICIPAÇÃO		
PROVAS	MASCULINOS	FEMININOS
100 m	10,8 / 11,04	12,5 / 12,74
200 m	22,2 / 22,44	25,7 / 25,94
400 m	49,9 / 50,04	59,9 / 60,04
800 m	1 56,00	2 17,50
1 500 m	3 56,00	4 38,00
5 000 m	14 50,00	17 45,00
110 m bar (1,06)	15,6 / 15,84	---
100 m bar (0,84)	---	15,9 / 16,14
400 m bar	55,9 / 56,04 (0,91m)	66,9 / 67,04 (0,76m)
3 000 Obst	9 35,00 (0,91m)	11 50,00 (0,76m)

MÍNIMOS DE PARTICIPAÇÃO		
PROVAS	MASCULINOS	FEMININOS
Altura	1,96	1,60
Vara	4,35	3,00
Comprimento	7,00	5,50
Triplo Salto	14,20	11,50
Peso	14,00 (7,260kg)	11,20 (4kg)
Martelo	46,00 (7,260kg)	45,00 (4kg)
Disco	42,00 (2kg)	37,00 (1kg)
Dardo	52,00 (800g)	37,00 (600g)
10 000 m Marcha	49 00,00	58 00,00
4X100 m	s/mínimo	s/mínimo
4X400 m	s/mínimo	s/mínimo

# Horário de Câmara de Chamada

Sábado - 7 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
16:00	Martelo (4 kg.)	Fem	Final	15:00	15:15 - 15:25	15:30
16:15	Comprimento	Masc	Final	15:15	15:30 - 15:40	15:45
16:40	Altura	Fem	Final	15:25	15:55 - 16:05	16:10
16:45	400 m	Masc	Séries	15:45	16:20 - 16:30	16:35
17:00	400 m	Fem	Séries	16:00	16:35 - 16:45	16:50
17:15	100 m	Masc	½ final	16:15	16:50 - 17:00	17:05
17:25	Vara	Masc	Final	15:55	16:10 - 16:20	16:25
17:30	100 m	Fem	½ final	16:30	17:05 - 17:15	17:20
17:40	Dardo (800 g)	Masc	Final	16:40	16:55 - 17:05	17:10
17:45	1 500 m	Masc	Séries	17:00	17:20 - 17:30	17:35
18:05	1 500 m	Fem	Séries	17:20	17:40 - 17:50	17:55
18:20	100 m	Masc	Final	-- --	17:55 - 18:05	18:10
18:25	Comprimento	Fem	Final	17:25	17:40 - 17:50	17:55
18:30	100 m	Fem	Final	----	18:05 - 18:15	18:20
18:40	3 000 m Obst.	Fem	Séries	17:55	18:15 - 18:25	18:30
18:45	Peso (7,260 kg)	Masc	Final	17:45	18:00 - 18:10	18:15
19:00	5 000 m	Masc	Séries	18:15	18:35 - 18:45	18:50
19:25	4 X 100 m	Masc	Séries	18:40	19:00 - 19:10	19:15
19:30	Disco (1 kg)	Fem	Final	18:30	18:45 - 18:55	19:00
19:40	4 X 100 m	Fem	Séries	18:55	19:15 - 19:25	19:30
19:55	10 000 m Marcha a)	Masc	Pistas 1 a 4	19:10	19:30 - 19:40	19:45
19:55	10 000 m Marcha a)	Fem	Pistas 5 a 8	19:10	19:30 - 19:40	19:45

Domingo - 8 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
16:00	Martelo (7,260 kg)	Masc	Final	15:00	15:15 - 15:25	15:30
16:10	110 m Bar. (1,06 m)	Masc	½ final	15:10	15:45 - 15:55	16:00
16:15	Triplo Salto	Fem	Final	15:15	15:30 - 15:40	15:45
16:25	Altura	Masc	Final	15:10	15:40 - 15:50	15:55
16:30	100 m Bar. (0,84 m)	Fem	½ final	15:30	16:05 - 16:15	16:20
16:50	200 m	Masc	½ final	15:50	16:25 - 16:35	16:40
17:05	200 m	Fem	½ final	16:05	16:40 - 16:50	16:55
17:15	Vara	Fem	Final	15:45	16:00 - 16:10	16:15
17:20	400 m Bar. (0,91 m)	Masc	Séries	16:20	16:55 - 17:05	17:10
17:30	Dardo (600 g)	Fem	Final	16:30	16:45 - 16:55	17:00
17:35	400 m Bar. (0,76 m)	Fem	Séries	16:35	17:10 - 17:20	17:25
17:50	800 m	Masc	Séries	17:05	17:25 - 17:35	17:40
18:05	800 m	Fem	Séries	17:20	17:40 - 17:50	17:55
18:15	Triplo Salto	Masc	Final	17:15	17:30 - 17:40	17:45
18:20	110 m Bar. (1,06 m)	Masc	Final	-- --	17:55 - 18:05	18:10
18:30	100 m Bar. (0,84 m)	Fem	Final	----	18:05 - 18:15	18:20
18:40	3 000 m Obst.	Masc	Séries	17:55	18:15 - 18:25	18:30
18:55	Peso (4 kg)	Fem	Final	17:55	18:10 - 18:20	18:25
19:00	Disco (2 kg)	Masc	Final	18:00	18:15 - 18:25	18:30
19:05	200 m	Masc	Final	-- --	18:40 - 18:50	18:55
19:15	200 m	Fem	Final	-- --	18:50 - 19:00	19:05
19:25	5 000 m	Fem	Séries	18:40	19:00 - 19:10	19:15
19:55	4 X 400 m	Masc	Séries	19:10	19:30 - 19:40	19:45
20:10	4 X 400 m	Fem	Séries	19:25	19:45 - 19:55	20:00