



1. REGULAMENTO

Aplica-se o regulamento da FPA previsto para esta competição, que poderá ser consultado em anexo.

Podem participar apenas os clubes e atletas devidamente inscritos na FPA para esta competição (um atleta/estafeta por clube em cada prova).

A subida das fasquias será de acordo com o regulamento da FPA para esta competição.

A confirmação das inscrições terá de ser feita até 45 minutos antes do início de cada prova.

2. CÂMARA DE CHAMADA

Consideram-se os seguintes tempos de acesso à câmara de chamada e entrada em pista:

- Corridas – 15 e 10 minutos antes da hora de prova
- Altura – 25 e 20 minutos antes da hora da prova
- Vara – 35 e 30 minutos antes da hora da prova
- Outros concursos – 20 e 15 minutos antes da hora da prova

MÍNIMOS DE PONTUAÇÃO

Provas	Masculinos	Femininos
100 m	12,04	14,14
200 m	25,04	28,94
400 m	53,44	64,54
800 m	2 05,00	2 30,00
1 500 m	4 20,00	5 20,00
3 000 m	9 30,00	11 40,00
5 000 m	16 30,00	21 00,00
3 000 Obst	10 45,00	15 00,00
110/100 Barr	18,74	18,04
400 barr	61,94	73,14

Provas	Masculinos	Femininos
Altura	1,70	1,40
Vara	2,80	2,00
Comprimento	5,80	4,60
Triplo	12,00	9,70
Peso	9,50	8,50
Disco	27,00	23,00
Dardo	40,00	25,00
Martelo	28,00	25,00
5000/3000 marcha	29 00,00	19 00,00
4x 100 m	47,54	55,04
4x 400 m	3 42,00	4 30,00



PROGRAMA / HORÁRIO :

15 / JUNHO – SÁBADO – FUNCHAL (RG3)

Hora	PROVA	Sexo	Inf	Inic	Juv	Jun	Sen	Obs
14h00	MARTELO	F			✓	✓	✓	4kg
	PESO	M				✓	✓	7,26kg
14h20	PESO - EXTRA	F+M		extra	extra			3 / 4 / 5kg
14h40	MARTELO	M				✓	✓	7,26kg
15h00	PESO	F			✓	✓	✓	4kg
15h20	MARTELO - EXTRA	F+M		extra	extra	extra	extra	3 / 4 / 5kg

Nota: No RG3 os atletas confirmam diretamente junto dos juizes da prova.

15 / JUNHO – SÁBADO – RIBEIRA BRAVA (CDM)

Hora	PROVA	Sexo	Inf	Inic	Juv	Jun	Sen	Obs
17h30	100 M	F			✓	✓	✓	
17h37	100 M	M			✓	✓	✓	
17h40	ALTURA	F			✓	✓	✓	1,36 (+4) → 1,52 (+3) → 1,64 (+2)
17h45	COMPRIMENTO	M			✓	✓	✓	Tábua: 2,5m
17h45	1 500 M	F			✓	✓	✓	
17h55	1 500 M	M			✓	✓	✓	
18h00	DARDO	F			✓	✓	✓	600g
18h05	400 M	F			✓	✓	✓	
18h10	400 M	M			✓	✓	✓	
18h20	3.000 M MARCHA	F			✓	✓	✓	
	5.000 M MARCHA	M			✓	✓	✓	Pista 5
18h30	COMPRIMENTO	F			✓	✓	✓	Tábua: 2,5m
18h50	VARA	M			✓	✓	✓	2,65 (+15) → 3,70 (+12) → 4,30 (+10) → 5,00 (+5)
19h00	DARDO	M			✓	✓	✓	800g
19h00	3 000 M OBST.	F				✓	✓	0,76m
19h15	4x 100 M	F			✓	✓	✓	
19h25	4x 100 M	M			✓	✓	✓	
19h30	5 000 M	F				✓	✓	
	5 000 M	M				✓	✓	
19h50	DARDO – EXTRA	M		extra	extra			700 g
19h55	100 M – EXTRA	F		extra	extra			
20h00	100 M – EXTRA	M		extra	extra			
20h05	100 M – EXTRA	F				extra	extra	
20h10	100 M – EXTRA	M				extra	extra	
20h20	300 M - EXTRA	F		extra	extra			
20h25	300 M - EXTRA	M		extra	extra			



16 / JUNHO – DOMINGO – RIBEIRA BRAVA (CDM)

Hora	PROVA	Sexo	Inf	Inic	Juv	Jun	Sen	Obs
9h45	110 M BARR. - EXTRA	M		extra	extra			13,72+9,14 / 0,91m (10b)
9h50	110 M BARR.	M			✓	✓	✓	13,72+9,14 / 1,067m (10b)
10h00	100 M BARR.	F			✓	✓	✓	13,00+8,50 / 0,84m (10b)
	ALTURA	M			✓	✓	✓	1,65 (+5) → 1,85 (+3) → 1,97 (+2)
10h10	3 000 M	M			✓	✓	✓	
10h15	DISCO	M			✓	✓	✓	2 kg
	TRIPLO	F			✓	✓	✓	Tábua a 8 e/ou 10m
10h25	3 000 M	F			✓	✓	✓	
10h40	3 000 M OBST.	M				✓	✓	0,91m
10h55	800 M	F			✓	✓	✓	
11h00	800 M	M			✓	✓	✓	
11h10	VARA	F			✓	✓	✓	1,85 (+15) → 2,45 (+12) → 3,05 (+10) → 3,75 (+5)
	VARA - EXTRA	F+M		extra	extra			
	TRIPLO	M			✓	✓	✓	Tábua a 11m
	DISCO	F			✓	✓	✓	1 kg
11h10	400 M BARR.	F			✓	✓	✓	45+35 / 0,76m (10b)
11h20	400 M BARR.	M			✓	✓	✓	45+35 / 0,91m (10b)
11h30	200 M	F			✓	✓	✓	
11h35	200 M	M			✓	✓	✓	
11h50	DISCO - EXTRA	F+M		extra	extra			1kg / 1,5 kg
	300 M BARR. - EXTRA	M		extra	extra			50+35 / 0,84m (7b)
11h55	300 M BARR. - EXTRA	F		extra	extra			50+35 / 0,76m (7b)
12h05	4x 400 M	F			✓	✓	✓	
12h15	4x 400 M	M			✓	✓	✓	



CAMPEONATO NACIONAL DE CLUBES (Fase de Apuramento)

1. NORMAS REGULAMENTARES

1.1- Normas Gerais

1.1.1 A participação nas provas coletivas organizadas pela FPA é reservada aos clubes portugueses que tenham a sua situação regularizada perante uma Associação Distrital e que cumpram todos os requisitos exigidos para essa competição.

1.1.2 Nas fases de apuramento, a FPA elaborará uma Classificação Geral dos Clubes segundo o valor de todas as marcas obtidas, cabendo ao primeiro classificado de cada disciplina uma pontuação equivalente ao número total de clubes (X) que integra a fase e, X-1 ao segundo, X-2 ao terceiro e assim sucessivamente.

A soma dos pontos dos atletas de cada clube ditará a pontuação dos clubes.

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

Na sequência dos resultados obtidos na Fase de Apuramento, os Clubes serão seriados de acordo com as pontuações obtidas, de modo a que:

- os 7 primeiros Clubes disputem a Final do Campeonato da 1ª Divisão;

- os Clubes classificados da 8ª à 15ª posição, a Final do Campeonato da 2ª Divisão;

- os Clubes classificados da 16ª à 23ª posição, a Final do Campeonato da 3ª Divisão;

- a pontuação final dos clubes será definitiva, para efeitos da Classificação Anual dos Clubes, a partir da 24ª posição da Fase de Apuramento à qual corresponderá a 25ª posição final e assim sucessivamente.

Estará automaticamente apurado para a Final da 1ª Divisão, o Clube (e só esse) que, efetivamente, participe na Taça dos Clubes Campeões Europeus de Pista no respetivo ano.

Quaisquer desistências serão colmatadas pelos clubes classificados nas posições imediatas da Fase de Apuramento dessa mesma época.

Na Fase Final as 1ª, 2ª e 3ª Divisões serão pontuadas em separado, atribuindo-se 8 pontos ao 1º classificado, 7 ao 2º, e assim sucessivamente.

1.1.3 Os atletas estrangeiros filiados na FPA, poderão pontuar para o seu clube, até um máximo de 2 por equipa.

Os atletas menores de 18 anos não serão considerados, para este efeito, estrangeiros.

1.1.4 Os atletas do escalão Júnior 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.

1.1.5 Os atletas do escalão Juvenil poderão participar em todas as provas, com exceção dos 3.000 m Obstáculos, 5.000 m, peso (7,260 Kg) e martelo (7,260 Kg).



1.2- Normas específicas

- 1.2.1 Estes Campeonatos realizar-se-ão nas seguintes fases: Fase de Apuramento e Final.
- 1.2.2 Aos atletas que, na Fase de Apuramento, não alcancem as marcas de pontuação definidas para este Campeonato e mencionadas em tabela já divulgada, não será atribuída qualquer pontuação.
- 1.2.3 A Fase de Apuramento do Campeonato Nacional de Clubes efetuar-se-á em duas jornadas, em dias seguidos e sempre que possível, coincidentes para todas as pistas, com a participação da globalidade dos clubes inscritos, que serão distribuídos - critério da exclusiva responsabilidade da FPA - pelas pistas de sintético existentes no País, sendo, em princípio utilizado o sistema de cronometragem automática.
- 1.2.4 A Fase Final disputa-se em duas ou três jornadas, em dois dias seguidos, admitindo-se a possibilidade da separação das equipas em grupos.
- 1.2.5 Cada clube terá de participar nas disciplinas individuais, obrigatoriamente, com um mínimo de 10 atletas tanto na competição Masculina como na competição Feminina.
 - 1.2.5.1 A equipa de cada clube poderá incluir atletas dos escalões de Juvenis, Juniores e Seniores.
- 1.2.6 Em qualquer das Fases deste Campeonato, cada clube só poderá apresentar 1 atleta por disciplina e uma única equipa em cada estafeta.
- 1.2.7 Os atletas só poderão participar em duas provas por dia num máximo de 3 no conjunto dos dois dias, desde que pelo menos uma delas seja uma estafeta.

Os atletas Juvenis podem participar apenas numa prova em cada dia.
- 1.2.8 A desistência de um clube em qualquer das Fases implica a proibição de participação no Campeonato de Portugal de Clubes nas duas (2) épocas seguintes, sendo este prazo reduzido para uma (1) época caso o mesmo clube participe a sua desistência nos 10 dias subsequentes à publicação, por parte da FPA, dos resultados obtidos.
- 1.2.9 A elaboração das séries / grupos na final será da responsabilidade do(s) Delegado(s) Técnico(s), tendo em consideração a melhor marca de cada atleta participante na corrente época (ar livre ou pista coberta).

2. PROGRAMAS-HORÁRIOS

Os programas horários das fases de apuramento serão publicados em Comunicado específico da fase de apuramento destes Campeonatos.

3. INSCRIÇÕES

3.1- Primeira Fase

Os Clubes interessados em participar nestes Campeonatos deverão inscrever-se, via Plataforma Lince da FPA em “Eventos” → “Inscrições Preliminares”.

3.2- Segunda Fase

As inscrições deverão ser feitas pelos clubes ou atletas individuais através da “Plataforma Lince da FPA” nas respetivas áreas de acesso em <https://lince.fpatletismo.pt>.

Dando cumprimento ao exarado nas “Normas Administrativas” no início da época, referente a “Inscrições em Competições Nacionais” neste Campeonato **não haverá cobrança de taxas de inscrição** de acordo com o divulgado.

3.3- Confirmação das inscrições

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, poderão ser consultados em tabela a publicar oportunamente em Comunicado específico da Fase de Apuramento destes Campeonatos.



4. CONCURSOS - ESPECIFICIDADES

a) Salto Vertical

O Delegado Técnico em cada uma das pistas poderá decidir, caso o considere necessário, iniciar cada salto vertical a uma altura inferior à mencionada na tabela respetiva, desde que se cumpram as Regras relevantes do Regulamento da IAAF.

O previsto na Regra 180.18 da IAAF não se aplica nesta Competição Coletiva, no que respeita ao tempo atribuído aos atletas participantes em saltos verticais para iniciar o seu ensaio, quando só estiver 1 atleta em competição, atribuindo-se neste caso, se se aplicar, o tempo para ensaios consecutivos.

b) Concursos Horizontais

Quer na Fase de Apuramento quer na Fase Final, todos os atletas terão direito a 4 ensaios.

5. 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 1 hora antes da hora marcada para o início da prova respetiva.

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.