

## Campeonatos de Portugal

As limitações impostas pela COVID-19 implicam que a realização de competições de atletismo tenha um conjunto de regras específicas, que pode ser consultado no [Programa de Retorno à Competição](#) e nas [Recomendações para Juízes](#), documentos disponíveis no site oficial da Federação Portuguesa de Atletismo. As indicações e normas inscritas nesses documentos vão ao encontro e não se sobrepõem às orientações estipuladas pela Direção Geral da Saúde e pelo Instituto Português do Desporto e Juventude para a utilização de recintos desportivos e para a realização da prática desportiva.

Com o pressuposto de que a evolução da pandemia em Portugal não será significativamente diferente da situação atual, e com o intuito de minimizar deslocações, necessidades de alojamento e refeições fora do local de residência de atletas, treinadores, dirigentes, juízes e pessoal de apoio, os Campeonatos Nacionais de Sub-18, Sub-20, Campeonatos de Portugal e Campeonatos Nacionais de Clubes, serão realizados simultaneamente em vários locais.

Após realizado o processo de auscultação a atletas, treinadores, clubes e associações de atletismo, a Federação Portuguesa de Atletismo divulga agora as regras e critérios para organização dos seus Campeonatos Nacionais.

### Apresentação do quadro competitivo

Para determinar os locais para realização dos Campeonatos Nacionais, foi considerada a disponibilidade de instalação desportiva, do número de juízes e a origem de atletas/clubes inscritos:

Competição	Data da Prova	Data limite de inscrição	Locais previstos*
Campeonato Nacional de Clubes (apuramento)	25/07/2020	20/07/2020	Guimarães + Marinha Grande + Lisboa + Algarve + Madeira + Açores
Campeonato Nacional de Sub-18	01/08/2020	27/07/2020	Maia e Ramalde + Pombal + Vila Real Santo António + Lisboa + Madeira + Açores
Campeonato Nacional de Sub-20	02/08/2020	27/07/2020	Maia e Ramalde + Pombal + Vila Real Santo António + Lisboa + Madeira + Açores
Campeonatos de Portugal	08/08/2020	03/08/2020	Braga + Lisboa (Universitário) + Madeira (Ribeira Brava) + São Miguel (Ponta Delgada) + Terceira (Angra do Heroísmo)
Campeonato Nacional de Clubes (1ª, 2ª e 3ª Divisões)	15/08/2020	10/08/2020	Guimarães + Vagos + Lisboa (Universitário) + Faro + Ribeira Brava + São Miguel

\*Em função da evolução da pandemia Covid-19, do número de atletas e clubes inscritos nas competições, os locais indicados para a realização dos Campeonatos poderão ser reformulados.

### Regras gerais

Para a realização dos Campeonatos de Portugal, pretende-se que a participação seja de aproximadamente de 12 atletas por disciplina.

Relativamente aos atletas que não tenham alcançado as marcas de qualificação definidas e que pretendam competir em determinado Campeonato, a sua participação poderá ser possível desde que tenham sido inscritos dentro da data limite definida (3 de agosto) e a sua inscrição seja aceite pela DTN. A decisão da DTN será efetuada com base nas marcas alcançadas na época 2019/2020 e a lista de atletas inscritos será divulgada na quarta-feira antes da realização dos campeonatos.

Para os Campeonatos de Portugal e Campeonatos Nacionais de Clubes 1ª, 2ª e 3ª Divisões, poderão ser excecionalmente autorizadas participações de atletas numa pista diferente daquela onde os seus colegas de clube estejam a participar. Para o Campeonato Nacional de Clubes, a distribuição dos clubes pelas pistas é da responsabilidade da FPA.

A possibilidade de alteração será considerada desde que seja manifestada antecipadamente pelos clubes e a justificação seja aceite pela FPA. A solicitação de alteração do local de competição terá de ser efetuada pelo responsável técnico do clube até 24h após o término das inscrições e ser enviada através de correio eletrónico para [lince@fpatletismo.pt](mailto:lince@fpatletismo.pt), identificando o(s) atleta(s), as provas e o local no qual pretende que esse(s) atleta(s) participe(m).

As inscrições serão efetuadas através da plataforma Lince e as confirmações serão realizadas online através da plataforma <https://www.portugalathleticsresults.pt/>, sendo que para os **Campeonatos de Portugal podem ser efetuadas pelo clube ou pelo atleta e as confirmações para o Campeonato Nacional de Clubes são efetuadas pelo responsável técnico designado pelo clube dentro do horário específico da competição.** Os clubes que ainda não possuem as credenciais de acesso a esta plataforma deverão enviar os seguintes dados: sigla, nome e email do responsável do clube para [apoio@portugalathleticsresults.pt](mailto:apoio@portugalathleticsresults.pt).

**A participação nos campeonatos nacionais é permitida aos utilizadores que assinem e entreguem um Termo de Responsabilidade Individual aquando do controlo de entrada na pista.** No caso dos atletas menores de 18 anos, esse Termo de Responsabilidade deverá ser assinado pelo encarregado de educação.

Para efeitos de classificação de cada disciplina, os resultados obtidos em cada pista serão agrupados numa única classificação independentemente das condições em que os mesmos foram realizados.

A entrega de medalhas e prémios dos campeonatos, será realizada posteriormente através da Associação de Atletismo em que o clube está filiado.

## **1. NORMAS REGULAMENTARES**

1.1. O Campeonato disputar-se-á num único dia (8 de agosto), com uma jornada na parte da manhã e outra na parte da tarde.

1.2. O Campeonato terá lugar em mais de uma pista de atletismo.

1.3. Poderão participar atletas masculinos e femininos dos escalões de sub-20 e seniores que tenham sido aceites pela DTN ou obtido os resultados que se indicam na Tabela de Marcas de Qualificação, no período estipulado, e que se enquadrem numa das seguintes situações:

- a) Sejam Portugueses e estejam filiados numa Associação Distrital ou Regional ou numa Federação Estrangeira Congénere;
- b) Sejam estrangeiros e estejam filiados numa Associação Distrital ou Regional ou numa ;

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

1.3.1 A participação dos atletas estrangeiros far-se-á nos seguintes termos:

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

1.4. 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.

1.5. 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.

1.6. As finais (100m e 100/110m Barreiras) disputam-se em cada uma das pistas onde houver atletas apurados para as mesmas.

1.7. As corridas de distância igual ou superior a 200 metros, serão disputadas por séries.

1.8 As Provas Combinadas serão pontuadas pela Tabela Internacional da WA.

1.9 Serão atribuídas medalhas aos atletas do escalão de Sub-23.

1.10 Os atletas do escalão de Sub-20 poderão participar num máximo de duas provas.

1.11 Os atletas do escalão de Sub-20 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.

#### 1.12. CORRIDAS E MARCHA - ESPECIFICIDADES

Para levar a cabo a retoma das provas de meio fundo e de marcha nas pistas de atletismo, houve a necessidade de reajustar o programa de provas, de alterar as distâncias e o figurino tradicional das mesmas.

## 2. MARCAS DE QUALIFICAÇÃO

2.1. Para o Campeonato foram definidas novas marcas de qualificação, indicadas mais adiante.

2.2. As marcas de qualificação podem ser obtidas entre 1 de janeiro de 2019 e 2 de agosto de 2020.

2.3. Para a realização dos Campeonatos de Portugal, pretende-se que a participação seja de aproximadamente de 12 atletas por disciplina.

Relativamente aos atletas que não tenham alcançado as marcas de qualificação definidas e que pretendam competir em determinado Campeonato, a sua participação poderá ser possível desde que tenham sido inscritos dentro da data limite definida (3 de agosto) e a sua inscrição seja aceite pela DTN. A decisão da DTN será efetuada com base nas marcas alcançadas na época 2019/2020 e a lista de atletas inscritos será divulgada na quarta-feira antes da realização dos campeonatos.

## 3. INSCRIÇÕES

3.1. 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>.

3.2. As inscrições de atletas portugueses filiados numa Federação estrangeira serão enviadas para a FPA via Federação Membro da WA.

3.3. As inscrições, para os atletas com Marca de Qualificação para o Campeonato, terminam no dia 3 de agosto (23:59 horas da 2ª-feira imediatamente antes da competição).

3.4. A lista final de inscritos será divulgada até ao dia 5 de agosto.

## 4. CLASSIFICAÇÕES

4.1. Nestes Campeonatos apenas existirá classificação individual.

4.2. A classificação final de cada prova/género será apurada através dos resultados obtidos em cada um dos locais em que se disputam os Campeonatos de Portugal, havendo lugar a desempate de acordo com o regulamento técnico da WA. Relativamente à atribuição de medalhas, e tendo em consideração a realização dos campeonatos em vários locais, a atribuição de medalhas será em função das marcas obtidas pelos atletas, não tendo em conta as formas de desempate referidas nos regulamentos do WA. Por exemplo, dois atletas com a mesma marca, ficarão empatados no mesmo lugar na tabela de medalhas. Após verificação dos resultados, serão publicados os lugares de honra dos campeonatos em cada prova realizada.

## 5. DISTRIBUIÇÃO DAS PROVAS POR JORNADA

### Jornada da manhã

3.000 metros (Séries)	Comprimento (F)	Dardo (F)
100 metros Pentatlo masculino	Altura (F)	Martelo (M)
100/110m Barreiras (Eliminatórias)	Vara (M)	Martelo (F)
100m Barreiras Pentatlo feminino	Triplo-Salto (M)	Disco (F)
100 metros (Eliminatórias)	Comprimento Pentatlo masculino	Peso Pentatlo masculino
800 metros	Altura Pentatlo feminino	
400 metros		
100/110m Barreiras (Finais)		
100 metros (Finais)		

### Jornada da tarde

400m Barreiras (Séries)	Altura (M)	Peso Pentatlo feminino
200 metros (Séries)	Vara (F)	Dardo (M)
1.500 metros (Séries)	Altura Pentatlo masculino	Disco (M)
2.000m obstáculos (Séries)	Triplo-Salto (F)	Peso (F)
1.000m Pentatlo masculino	Comprimento (M)	Peso (M)
800m Pentatlo feminino	Comprimento Pentatlo feminino	
3.000m Marcha		

## 6. 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. Assim, os engenhos devem ser entregues na Câmara de Chamada para verificação até 2 horas antes da hora marcada para o início da prova respetiva. Os engenhos pessoais aprovados serão colocados nas zonas de lançamentos respetivos e no final de cada prova devem ser levantados na Câmara de Chamada. Os engenhos não aprovados, também poderão ser levantados na Câmara de Chamada, após a conclusão da prova.

### NOTAS:

- Neste Campeonato não se disputarão provas de Estafetas.
- A Forma de realização dos 2.000 metros obstáculos sem vala é a seguinte:
  - A partida para esta prova é feita na partida dos 2.000 metros.
  - Não haverá passagem pela vala de água.
  - O número de obstáculos por volta é de quatro, sendo o número total de obstáculos a transpor de dezoito (18).
  - A colocação dos obstáculos será feita de tal forma que os quatro obstáculos fiquem equidistantes uns dos outros, com uma distância de 100 metros entre eles.
  - Os obstáculos são colocados tal como na prova de 1.500m Obstáculos para Iniciados, ou seja, aos 390 metros (10 metros à frente da meta, na marca do fim da zona de transmissão dos 4x400 metros), aos 290 metros (no fim da zona da 1ª transmissão dos 4x100 metros), aos 190 metros (no fim da zona da 2ª transmissão dos 4x100 metros) e aos 90 metros (no fim da zona da 3ª transmissão dos 4x100 metros).



2.6.O 1º obstáculo está colocado aos 190 metros (no fim da zona da 2ª transmissão dos 4x100 metros), após 210 metros de corrida.

2.7.As alturas dos obstáculos serão:

2.7.1. 0,76 metros para femininos.

2.7.2. 0,91 metros para masculinos.

### **MARCAS DE QUALIFICAÇÃO**

	<b>Masculinos</b>	<b>Femininos</b>
100m	10,60	12,10
200m	21,60	25,20
400m	49,00	57,00
100/110 barr.	15,00	14,80
400 barr.	54,20	64,30
800m	1:50,50   1:52,50*	2:11,50   2:14,00*
1500m	3:47,50   3:52,00*	4:27,50   4:33,00*
3000m	8:10,50   14:20,00 (5.000m)   8:20,00*	9:25,00   16:30,00 (5.000m)   9:36,00*
2000m Obst s/vala	09:05,00 (3000m obst.)   06:00,00 (s/vala)*	10:50,00 (3000m obst.)   07:20,00 (s/vala)*
Altura	1,97	1,61
Vara	4,60	3,15
Comprimento	7,15	5,65
Triplo	15,00	12,10
Peso	14,00	11,50
Martelo	47,00	41,00
Disco	47,00	38,00
Dardo	57,00	38,00
3.000m marcha	13:30,00   5.000m (23:30,00)   10.000m (48:00,00)	15:30,00   5.000m (26:00,00)   10.000m (54:00,00)
Pentatlo	**	**

\*Marcas Pós Covid-19 | \*\*a participação nas provas combinadas dos Campeonatos de Portugal destina-se aos melhores atletas do ranking 2018-2019 de ar livre e 2019-2020 de pista coberta, sendo a sua inscrição validada pelo TN do setor.