

CAMPEONATO NACIONAL DE JUNIORES EM PISTA COBERTA

1. NORMAS REGULAMENTARES

1.1- Poderão participar atletas masculinos e femininos, dos escalões de Juvenis e Juniores, que tenham obtido os mínimos de qualificação do escalão de Juniores 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 não serão considerados, para este efeito, estrangeiros.

1.1.1- 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 directa 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 excepto quando houver um número de atletas igual ou inferior a oito.

1.2- 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.

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

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

1.3.2- Nas provas de 4x200m não serão utilizadas as pistas 1 e 2.

1.4- As corridas de distância igual ou superior a 200 metros, bem como as corridas de estafetas, serão disputadas por séries.

1.5- Os atletas 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.

Os atletas do escalão Juvenil que participem em corridas de distância igual ou superior a 800m ou na prova de marcha, não poderão participar na prova de marcha ou noutra corrida nessa jornada, independentemente da ordem de participação nessas provas.

1.6- Os atletas só poderão participar em duas provas por dia, num máximo de três no conjunto dos dois dias.

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 da prova.

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 8 atletas por prova, atribuindo-se ao primeiro classificado 8 pontos, ao segundo classificado 7 pontos, e assim sucessivamente, até 1 ponto ao eventual 8º classificado.

5.3- Cada clube pode apresentar a quantidade de atletas que desejar por disciplina, desde que sejam possuidores dos Mínimos de Participação, podendo pontuar independentemente do número de atletas que o clube apresente em cada prova.

5.4- Os atletas estrangeiros (RGC Artº 6.3) filiados na F.P.A., poderão pontuar para o seu clube, até um máximo de dois por equipa, a eles não se aplicando o referido em 1.1.1.
Não se aplica também o referido em 1.1.1. aos atletas estrangeiros referidos no RGC Artº 6.2.

5.5- A soma dos pontos dos atletas de cada clube ditará a pontuação dos mesmos.

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.

Camp. Nacional de Juniores – Pista Coberta

Pombal - Expocentro

Sábado - 23 de Janeiro de 2010			
16:00	60 m	Fem	Elim.
16:00	Comprimento	Fem	
16:15	Vara	Fem	
16:20	60 m	Masc	Elim.
16:20	Altura	Masc	
16:45	5.000 m Marcha	Masc	
17:15	60 m	Fem	1/2 Final
17:25	60 m	Masc	1/2 Final
17:30	Peso (4 kg)	Fem	
17:35	1.500 m	Fem	Séries
17:45	1.500 m	Masc	Séries
17:50	Triplo	Masc	
18:00	3.000 m Marcha	Fem	
18:25	400 m	Fem	Séries
18:40	400 m	Masc	Séries
19:00	60 m	Fem	Final
19:10	60 m	Masc	Final

Domingo - 24 de Janeiro de 2010			
09:30	3.000 m	Fem	Séries
09:30	Triplo	Fem	
09:40	Altura	Fem	
09:50	3.000 m	Masc	Séries
10:00	Vara	Masc	
10:05	200 m	Fem	Séries
10:25	200 m	Masc	Séries
10:50	60 m bar (0,84)	Fem	1/2 Final
11:00	Peso (6 kg)	Masc	
11:10	60 m bar (1,00)	Masc	1/2 Final
11:20	Comprimento	Masc	
11:30	800 m	Fem	Séries
11:45	800 m	Masc	Séries
12:05	60 m bar (0,84)	Fem	Final
12:15	60 m bar (1,00)	Masc	Final
12:25	4 x 200 m	Fem	Séries
12:50	4 x 200 m	Masc	Séries

MODO DE PROGRESSÃO DAS FASQUIAS	
Altura (Fem)	1,40 (+4) -> 1,52 (+3) -> 1,67 (+2)
Altura (Masc)	1,71 (+5) -> 1,81 (+4) -> 1,89 (+3) -> 1,98 (+2)
Vara (Fem)	2,00 (+14) -> 2,56 (+12) -> 2,80 (+10) -> 3,10 (+8)
Vara (Masc)	3,00 (+15) -> 3,90 (+12) -> 4,26 (+10) -> 4,56 (+8)

MÍNIMOS DE PARTICIPAÇÃO		
Provas	Masc	Fem
60 m	7,2 / 7,44 11,2 / 11,44 (100m)	8,3 / 8,54 12,9 / 13,14 (100m)
200 m	23,3 / 23,54 22,9 / 23,14 (ar livre)	28,3 / 28,54 26,5 / 26,74 (ar livre)
400 m	52,0 / 52,14 51,9 / 52,04 (ar livre)	63,0 / 63,14 62,5 / 62,64 (ar livre)
800 m	2 04,00	2 26,00
1 500 m	4 15,00	5 00,00
3 000 m	9 20,00	11 10,00
60 m bar (1,00m) / (0,84m)	9,6 / 9,84 (1,00m) 9,8 / 10,04 (1,06m) 9,0 / 9,24 (0,91m) 16,7 / 16,94 (110m 1,00) 17,0 / 17,24 (110m 1,06) 16,5 / 16,74 (110m 0,91)	10,2 / 10,44 10,0 / 10,24 (0,76m) 17,0 / 17,24 (100m 0,84) 16,9 / 17,14 (100m 0,76)
5 000 m Marcha/3 000 m Marcha	25 30,00	17 30,00
Altura	1,80	1,50
Vara	3,30	2,20
Comprimento	6,25	5,00
Triplo Salto	12,85	10,50
Peso (6kg) / (4kg)	12,00 (6kg) 12,50 (5kg)	9,80 (4kg) 10,70 (3kg)
4X200 m	s/ mínimo	s/ mínimo

Horário de Câmara de Chamada

Sábado - 23 de Janeiro de 2010

Horário da prova	Prova	Sexo	Tipo	Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na Câmara de Chamada	Horário de entrada na Pista
16:00	60 m	Fem	Elim.	15:00	15:35 - 15:45	15:50
16:00	Comprimento	Fem		15:00	15:15 - 15:25	15:30
16:15	Vara	Fem		14:45	15:00 - 15:10	15:15
16:20	60 m	Masc	Elim.	15:20	15:55 - 16:05	16:10
16:20	Altura	Masc		15:05	15:35 - 15:45	15:50
16:45	5.000 m Marcha	Masc		16:00	16:20 - 16:30	16:35
17:15	60 m	Fem	1/2 Final	-- --	16:50 - 17:00	17:05
17:25	60 m	Masc	1/2 Final	-- --	17:00 - 17:10	17:15
17:30	Peso (4 kg)	Fem		16:30	16:45 - 16:55	17:00
17:35	1.500 m	Fem	Séries	16:50	17:10 - 17:20	17:25
17:45	1.500 m	Masc	Séries	17:00	17:20 - 17:30	17:35
17:50	Triplo	Masc		16:50	17:05 - 17:15	17:20
18:00	3.000 m Marcha	Fem		17:15	17:35 - 17:45	17:50
18:25	400 m	Fem	Séries	17:25	18:00 - 18:10	18:15
18:40	400 m	Masc	Séries	17:40	18:15 - 18:25	18:30
19:00	60 m	Fem	Final	-- --	18:35 - 18:45	18:50
19:10	60 m	Masc	Final	-- --	18:45 - 18:55	19:00

Domingo - 24 de Janeiro de 2010

Horário da prova	Prova	Sexo	Tipo	Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na Câmara de Chamada	Horário de entrada na Pista
09:30	3.000 m	Fem	Séries	08:45	09:05 - 09:15	09:20
09:30	Triplo	Fem		08:30	08:45 - 08:55	09:00
09:40	Altura	Fem		08:25	08:55 - 09:05	09:10
09:50	3.000 m	Masc	Séries	09:05	09:25 - 09:35	09:40
10:00	Vara	Masc		08:30	08:45 - 08:55	09:00
10:05	200 m	Fem	Séries	09:05	09:40 - 09:50	09:55
10:25	200 m	Masc	Séries	09:25	10:00 - 10:10	10:15
10:50	60 m bar (0,84)	Fem	1/2 Final	09:50	10:25 - 10:35	10:40
11:00	Peso (6 kg)	Masc		10:00	10:15 - 10:25	10:30
11:10	60 m bar (1,00)	Masc	1/2 Final	10:10	10:45 - 10:55	11:00
11:20	Comprimento	Masc		10:20	10:35 - 10:45	10:50
11:30	800 m	Fem	Séries	10:45	11:05 - 11:15	11:20
11:45	800 m	Masc	Séries	11:00	11:20 - 11:30	11:35
12:05	60 m bar (0,84)	Fem	Final	-- --	11:40 - 11:50	11:55
12:15	60 m bar (1,00)	Masc	Final	-- --	11:50 - 12:00	12:05
12:25	4 x 200 m	Fem	Séries	11:40	12:00 - 12:10	12:15
12:50	4 x 200 m	Masc	Séries	12:05	12:25 - 12:35	12:40