



REGULAMENTO

Campeonato Nacional de Pentatlo de Lançamentos 2024/25



1. Introdução

O **Campeonato Nacional de Pentatlo de Lançamentos** disputar-se-á no **Estádio Municipal da Marinha Grande**, em Marinha Grande, no dia **25 de abril de 2025**.

2. Programa de Provas

As provas que fazem parte do programa são as seguintes (homens e mulheres):

Pentatlo Lançam. Masc.	Martelo, peso, disco, dardo e martelão
Pentatlo Lançam. Fem.	Martelo, peso, disco, dardo e martelão

3. Participações

Neste evento podem participar todos os atletas devidamente inscritos na FPA, em ambos os géneros com idade igual ou superior a 35 anos, nos escalões definidos pela WA/WMA e subordinadas ainda ao RGC da FPA (Regulamento Geral de Competições).

4. Inscrições Preliminares

As **inscrições** deverão ser efetuadas pelos clubes ou pelos atletas individuais, no site <https://fpacompeticoes.pt/644/associacao>, impreterivelmente até às **23h59m do dia 21 de abril de 2025** (segunda-feira). Após esta data não serão aceites inscrições e/ou alterações de provas. Cada inscrição terá um valor de 20€ que engloba a participação nos 5 eventos.

NOTA IMPORTANTE

As **inscrições serão pagas diretamente na Plataforma da FPAcompetições após se inscrevem em todas as provas e solicitarem o pagamento total. A plataforma criará uma referência de multibanco e terá de realizar o pagamento num prazo de 48 horas.**

5. Dorsais

Os dorsais e demais documentação, deverão ser levantados no Secretariado da competição a partir das 8h00 de sexta-feira dia 25 de abril de 2025.

6. Classificações

Neste evento haverá classificações **individuais** por género para todos os escalões e **coletivas** com troféus às 3 primeiras equipas de cada género.



REGULAMENTO

Campeonato Nacional de Pentatlo de Lançamentos 2024/25



7. Prémios

Serão atribuídos os títulos de Campeões Nacionais e medalhas aos três primeiros atletas de cada escalão etário e género e troféus às 3 primeiras equipas de cada género.

Para o efeito da classificação coletiva serão considerados e somados os pontos obtidos pelos 4 atletas mais pontuados de cada clube e classificação será ordenada por ordem decrescente de pontuação (serão considerados para classificação todos os clubes que tenham pelo menos 2 atletas).

Os atletas estrangeiros não podem ter títulos individuais, mas podem contribuir para a classificação colectiva da sua equipa, até no máximo 1 estrangeiro por género e por equipa.

8. Direção Técnica e Ajuizamento

A coordenação do evento estará sob responsabilidade da ANAV (representante a nomear), cabendo o ajuizamento à Associação Distrital de Atletismo de Leiria.

9. Notas

- A. Este evento está subordinado às normas da WA, WMA, EMA e FPA, aos pesos dos engenhos e outras questões próprias dos Veteranos, estarão sujeitas a regulamentação própria;
- B. Os casos omissos ou quaisquer alterações que sejam necessárias introduzir após a divulgação do presente regulamento, serão divulgadas exclusivamente no site <https://anavportugal.com>, e/ou na documentação entregue com os dorsais;
- C. **Câmara de chamada**, é necessário que os atletas se apresentem na Câmara de chamada **antes da hora prevista para a sua prova: 30 minutos para os concursos. Atletas que pretendam aferir o seu enenho precisam entregar o seu enenho na câmara de chamada até 45 minutos antes da prova.**
- D. Os horários publicados são estimados com base no número previsível de atletas que se possam inscrever. Poderão assim, sofrer alguns ajustes (atraso/avanço) conforme o nº de atletas inscritos e no decorrer das mesmas;
- E. O participante, ao proceder à inscrição nesta competição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, dos direitos de utilização da sua imagem captada em filmagens ou fotografias que terão lugar durante o evento,
- F. autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais da competição



REGULAMENTO

Campeonato Nacional de Pentatlo de Lançamentos 2024/25



10. Programa Horário

Este campeonato será disputado numa única jornada, de acordo com o programa horário e detalhes a divulgar oportunamente, em função do número de participantes, por grupo etário e sexo. No dia 23 de abril será divulgada a lista de inscritos já agrupados por Grupos.

As provas terão início pelas 08h00 horas, seguindo as especificidades dos engenhos (martelo, peso, disco, dardo e martelão), recomendadas pelas normas da World Master Athletics (WMA), encontrando-se afixadas no local da competição.

Em cada prova os atletas terão direito a 3 ensaios, sendo obrigatória a participação em todas as 5 provas.

Horário	Gaiola Exterior	Juizes	Dardo	juizes	Sector Peso	juizes
8:15	A - Martelo	J1				
9:00	B - Martelo	J1			A - Peso	J2
9:45	C - Martelo	J1			B - Peso	J2
10:30	D - Martelo	J1			C - Peso	J2
11:15	A - Disco	J3			D - Peso	J2
12:00	B - Disco	J3	A - Dardo	J2		
12:45	C - Disco	J3	B - Dardo	J2		
13:30	D - Disco	J3	C - Dardo	J1		
14:15	A - Martelão	J2	D - Dardo	J1		
15:00	B - Martelão	J2				
15:45	C - Martelão	J3				
16:30	D - Martelão	J3				

Grupos	Martelo	Peso	Disco	Dardo	Martelão
A	8:15	9:00	11:15	12:00	14:15
B	9:00	9:45	12:00	12:45	15:00
C	9:45	10:30	12:45	13:30	15:45
D	10:30	11:15	13:30	14:15	16:30

Os Grupos podem ser verificados na página abaixo:



REGULAMENTO

Campeonato Nacional de Pentatlo de Lançamentos 2024/25



Grupo A	Clube	Idade	Grupo B	Clube	Idade
Emanuel Neves	ESCMOV	35	Fernando Ribeiro	CLUVE	68
Emanuel Rodrigues	GRQL	36	Joaquim Belga	LPSC	67
João Venade	ADCL	37	Manuel Pinto	CLUVE	69
Tiago Leitão	CBA-S	38	José Cavalheiro	IND	65
Juan Pinho	GRECAS	38	José Oliveira	CPRAB	67
Paulo Patrício	NDCO	39	Luís Prego	LPSC	67
Vítor Rodrigues	CAS	41	Vítor Saraiva	CLUVE	68
Gonçalo Ferraz	LPSC	41	Luís Petisca	LPSC	71
Jorge Grave	AJS	42	Marcelo Ribeiro	CLUVE	72
Bruno Martins	ACRSD	43	Luís Da Silva	CFB	73
Nuno Perdigão	CORK	43	Victor Pinho	CFB	74
Luís Assunção	GRE-AA	46	Valdemar Pereira	GRQL	74
Augusto Cavaleiro	CPTSC	64	António Silva	CLUVE	75
Mário Felício	OCL	60	Alfredo Mateus	LPSC	80
Jorge Santos	OCL	64	Auspício Fernandes	CFOD	82
Fernando Santos	CLUVE	64	Elvino Cruz	CFB	90
Grupo C	Clube	Idade	Grupo D	Clube	Idade
Hugo Baptista	CFB	51	Sónia Eusébio	CFOD	42
Luís Silva	CSGAIA	52	Susana Flores	ADREP	43
António Carvalho	CBA-S	52	Cristina Falé	AGDAK	47
Aristides Pestana	CPPEA	53	Ana Batista	CFB	48
Armando Pestana	CPPEA	53	Sónia Sequeira	LPSC	49
Nuno Martins	CANAZ	53	Fernanda Angélica	ACPV	50
José Rocha	GRECAS	54	Susete Morgado	CLAC	51
Jorge Santos	AGDAK	54	Ana Marques	GDRCP	52
Luís Gomes	AMCRFG	54	Magda Cabral	LPSC	54
Luís Dias	CFB	55	Isabel Moreira	CRCDL	55
Joaquim Pereira	CFOD	57	Ana Guerra	LPSC	56
Luís Inocêncio	ACRSD	57	Clara Carrêlo	CLAC	57
Artur Ferreira	GS	57	Madalena Pina	LPSC	57
Emílio Gonçalves	LPSC	58	Manuela Gil	CLUVE	57
António Fidalgo	CRCDL	58	Ana Morais	CLUVE	60
Vítor Pimenta	ARSM	58	Alice Cerqueira	CLUVE	62
Diamantino Gamito	LPSC	59	Paula Martinho	CLUVE	70
João Coelho	GDC	59	Helena Carvalho	CLUVE	74
			Nilza Ribeiro	CLUVE	75
			Ivone Lobo	CLUVE	88



REGULAMENTO

Campeonato Nacional de Pentatlo de Lançamentos 2024/25



12. Características dos engenhos:

Características das provas de Lançamentos

Sequência Pent. Lanc.		1º	2º	3º	4º	5º
Sexo	Escalão	Martelo	Peso	Disco	Dardo	Martelão
		Hammer	Shot Put	Discus	Javelin	Weight
Femininos	35/49	4,00	4,00	1,00	0,60	9,08
	50/59	3,00	3,00	1,00	0,50	7,26
	60/74	3,00	3,00	1,00	0,50	5,45
	>75	2,00	2,00	0,75	0,40	4,00
Masculinos	35/49	7,26	7,26	2,00	0,80	15,88
	50/59	6,00	6,00	1,50	0,70	11,34
	60/69	5,00	5,00	1,00	0,60	9,08
	70/79	4,00	4,00	1,00	0,50	7,26
	>80	3,00	3,00	1,00	0,40	5,45