

## 1. Introdução

O Campeonato Nacional de Pentatlo em Pista Coberta 2024 disputar-se-á na pista de atletismo do Parque de Exposições do Pombal no dia 17 de Março de 2024.

## 2. Programa de Provas

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

<b>Pentatlo Masc</b>	60m barr, Comprimento, Peso, S. Altura e 1000m
<b>Pentatlo Fem</b>	60m barr, S. Altura, Peso, Comprimento e 800m

## 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 14 de março de 2024**. Após esta data não serão aceites inscrições e/ou alterações de provas. Cada inscrição terá um valor de 20€ (vinte euros) para a participação nos 5 eventos.

**NOTA IMPORTANTE:** Pagamentos serão feitos diretamente pela Plataforma da FPA Competições, como aconteceu no Campeonato Nacional de Pista Coberta/Curta. Efetuar o login do clube na plataforma e realizar as inscrições dentro da sua conta. Se for uma inscrição de mais atletas, inscrevam primeiro todos nas provas e façam o pagamento agregado no fim. Se for individual podem receber logo a entidade e referência mal confirmem a inscrição do atleta.

## 5. Dorsais

Os dorsais e demais documentação, deverão ser levantados no Secretariado da competição a partir das 08h30 de Domingo, dia 17 de março de 2024.

## 6. Classificações

Neste evento haverá classificações **individuais** por género para todos os escalões.

## 7. Prémios

Serão atribuídos os títulos de Campeões Nacionais e medalhas aos três primeiros atletas de cada escalão etário e género.

## 8. Direção Técnica e Ajuizamento

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

## 9. Notas

- A. Este evento está subordinado às normas da WA, WMA, EMA e FPA, as falsas partidas, as partidas dos blocos, aos pesos dos engenhos, altura das barreiras 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: 20 minutos para as corridas, 30 minutos para os concursos e 45 minutos para a prova do salto com vara;**
- D. Na prova de salto em comprimento a colocação da tábua estará a 1 ou 3 metros, devendo os atletas dar a indicação aos juízes da sua escolha. Devem saltar todos os atletas com a tábua a 1 metro e na sequência os atletas com a tábua a 3 metros, e assim sucessivamente. No Salto em altura, a altura inicial é definida pelos atletas no local da prova, sendo a progressão das fasquias de 5 em 5 cm, até a altura de 1,35m para o setor Fem e de 1,55m para o Masc, a partir dessas alturas a progressão da fasquia será de 3 em 3 cm (FEM: 1,38m, 1,41m; Masc: 1,58m, 1,61m,);
- E. Os horários publicados são estimados com base no número previsível de atletas que possam se inscrever. Poderão assim, sofrer alguns ajustes (atraso/avanço) conforme o nº de atletas inscritos e no decorrer das mesmas;
- F. 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, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais da competição.

## 10. Programa Horário

O programa horário apresentado, a decorrer em uma jornada, é provisório servirá de referência até ao fim das inscrições, e será ajustado mediante o número de atletas inscritos em cada disciplina, e divulgado oportunamente pelos canais oficiais da ANAV.

Programa Horário				
Jornada 17-03-2024				
Hora Prev.	Prova	Escalão	Sexo	Obs.
<b>08:30</b>	<b>Abertura Secretariado</b>			
<b>09:30</b>	60m barr	Todos	Ambos	Pentatlo
<b>10:15</b>	Comprimento	Todos	Masc	Pentatlo
<b>10:15</b>	Altura	Todos	Fem	Pentatlo
<b>11:30</b>	Peso	Todos	Fem	Pentatlo
<b>11:50</b>	Peso	Todos	Masc	Pentatlo
<b>12:50</b>	Altura	Todos	Masc	Pentatlo
<b>12:30</b>	Comprimento	Todos	Fem	Pentatlo
<b>14:00</b>	800m	Todos	Fem	Pentatlo
<b>14:15</b>	1000m	Todos	Masc	Pentatlo
<b>14:45</b>	<b>Entrega de Prémios e Fim da Jornada</b>			

11. Características técnicas das Provas: Barreiras e Peso

Sexo	Escalão	Distância	Nº Bar.	Altura	Dist. 1ª Bar.	Entre Bar.	Últ. À meta
<b>Femininos</b>	35/39	60	5	0,840	13,00	8,50	13,00
	40/49	60	5	0,762	12,00	8,00	16,00
	50/59	60	5	0,762	12,00	7,00	20,00
	60/69	60	5	0,686	12,00	7,00	20,00
	70/...	60	5	0,686	12,00	7,00	20,00
<b>Masculinos</b>	35/49	60	5	0,991	13,72	9,14	09,72
	50/59	60	5	0,914	13,00	8,50	13,00
	60/69	60	5	0,840	12,00	8,00	16,00
	70/79	60	5	0,762	12,00	7,00	20,00
	80/...	60	5	0,686	12,00	7,00	20,00

  

Sexo	Escalão	Peso
		Shot Put
<b>Femininos</b>	35/49	4,00
	50/59	3,00
	60/74	3,00
	>75	2,00
	<b>Masculinos</b>	35/49
50/59		6,00
60/69		5,00
70/79		4,00
>80		3,00