

REGULAMENTO

Campeonato Nacional de Lançamentos Longos 2024/25

I – Introdução

O Campeonato Nacional de Lançamentos Longos para Veteranos, disputar-se-á no dia **27 de setembro de 2025** em **Almada**, na Pista de Atletismo Municipal Alberto Chaiça (Sobreda) nas disciplinas do Martelão, Martelo, Dardo e Disco.

II – 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).

III – Inscrições Preliminares

As inscrições deverão ser feitas pelos clubes ou atletas individuais através da plataforma da FPACOMPETIÇÕES, em <https://fpacompeticoes.pt/644/associacao>, impreterivelmente até às 23h59m **do dia 23 de Setembro**. Cada clube pode inscrever um número ilimitado de atletas. A inscrição terá um valor de 4,00€ (quatro euros) por prova. Poderão realizar o pagamento após receberem referência bancária que será enviada no final da sua inscrição na plataforma da FPA.

IV - Classificações

Neste Campeonato Nacional existirão classificações individuais por género para cada escalão.

V – Prémios

Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados de cada escalão etário e género.

REGULAMENTO

Campeonato Nacional de Lançamentos Longos 2024/25

VI - Programa Horário

O Campeonato será disputado em uma só jornada, com início às 09h30. O programa horário apresentado é provisório. Podendo sofrer alterações devido a um número elevado de atletas inscritos.

Horas de câmara de chamada:

- 1- Até 45 minutos antes da hora dos concursos
- 2- Entrada em pista 35 minutos antes da hora dos concursos

C de Chamada		Prova	DISCIPLINA	Escalão/Sexo	Obs.
Entrada	Saída				
09:10	09:20	09:30	Milha	Masc Todos	Extra
08:45	09:00	09:30	Dardo	M60+ (G3)	
08:45	09:00	09:30	Disco	F35-F45 (G1)	
09:25	09:35	09:45	Milha	Fem. Todos	Extra
09:15	09:30	10:00	Comprimento (T1m)	Masc.+Fem. - Todos	Extra
09:45	10:00	10:30	Dardo	M50-M55 (G4)	
09:45	10:00	10:30	Disco	F50+ (G2)	
10:45	11:00	11:30	Dardo	M35-M45 (G5)	
-	-	11:30	Disco	M60+ (G3)	
-	-	12:30	Dardo	F35-F45 (G1)	
-	-	12:30	Disco	M50-M55 (G4)	
-	-	13:30	Dardo	F50+ (G2)	
-	-	13:30	Disco	M35-M45 (G5)	
-	-	14:30	Martelão	M50+	Exterior
-	-	14:30	Martelo	F35-F45 (G1)	
-	-	15:30	Martelão	M35-M45 (G5)	Exterior
-	-	15:30	Martelo	F50+ (G2)	
15:10	15:20	15:30	200 metros	Masc Todos	Extra
15:25	15:35	15:45	200 metros	Fem. Todos	Extra
-	-	16:30	Martelão	F35-F45 (G1)	Exterior
-	-	16:30	Martelo	M50+	
16:00	16:15	16:30	4x400 metros mistos	Prova aberta s/cubes	Extra
-	-	17:30	Martelão	F50+ (G2)	Exterior
-	-	17:30	Martelo	M35-M45 (G5)	

REGULAMENTO

Campeonato Nacional de Lançamentos Longos 2024/25

VII – Alterações

Quaisquer alterações que sejam necessárias introduzir após a divulgação do presente regulamento, serão divulgadas exclusivamente no Facebook e site <https://www.anavportugal.com/>, e na documentação entregue com os dorsais.

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.

VIII – Direção Técnica

A coordenação do evento estará sob responsabilidade de um representante da ANAV, cabendo o ajuizamento à Associação Atletismo de Setúbal.

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 01.30 horas antes da hora marcada para o início da prova respetiva.

Em cada prova os atletas terão direito a 4 ensaios.

IX – Dorsais

Serão entregues no local da competição

REGULAMENTO

Campeonato Nacional de Lançamentos Longos 2024/25

X – Outros

Estando este evento subordinado às normas da WMA/FPA, os pesos dos engenhos estarão sujeitos a regulamentação própria em função dos escalões e géneros, como se segue:

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