

# **Regulamento Circuito Nacional de Pista “PREMIUM 2010”**

O Circuito de Pista “**PREMIUM**” 2010 visa assumir-se como uma iniciativa de grande importância na promoção de um quadro de competições de qualidade organizadas em Portugal. Para tal, torna-se imprescindível a adesão dos melhores atletas portugueses, uma vez que a qualidade de resultados, a par de uma eficaz organização, é que conferem a pretendida qualidade dos eventos.

È objectivo do Circuito “Premium” centrar nos atletas a sua atenção, no sentido de reconhecer os investimentos pessoais que fazem em termos de competição (e consequentemente de treino), traduzidos em resultados técnicos de qualidade.

## **I OBJECTIVOS DO CIRCUITO “PREMIUM 2009”**

### **Gerais:**

- Promoção e desenvolvimento da modalidade na vertente das provas de Pista;
- Melhorar a qualidade dos Rankings Nacionais;
- Apoiar os melhores atletas Nacionais.

### **Específicos:**

- Promover a fidelização às competições nacionais de pista dos melhores atletas nacionais;
- Promover um quadro competitivo de Pista de qualidade;

## II CONDIÇÕES DE INTEGRAÇÃO

Integram o Circuito “**PREMIUM**” 2010, as seguintes competições:

- Campeonatos Regionais de Pista – Verão
- Meetings Nacionais de Pista \*
- Campeonatos de Portugal de Pista – Verão

\*Para a Organização de um Meeting poder ser aceite e integrar o Circuito “**PREMIUM**” 2010 é necessário que cumpra os seguintes requisitos:

- 1 - Reger-se de acordo com o Regulamento Internacional da IAAF
- 2 - Constar do calendário da respectiva Associação Regional
- 3- Realizar-se em pista sintética de 400 metros, de 6 ou 8 corredores
- 4 - Incluir no programa um número mínimo de 12 provas das categorias absolutas em que, pelo menos:
  - ⇒ 4 Sejam femininas;
  - ⇒ Se realizem 2 saltos e 2 lançamentos;
  - ⇒ 1 Dos concursos seja feminino
- 5 - Dispor de cronometragem automática;
- 6 - Assegurar assistência médica durante a competição, bem como um serviço de ambulância.

\* lista em anexo

### III CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO DOS ATLETAS

1 – Para se considerar uma participação numa competição “ Premium” o (a) atleta deverá ter realizado uma marca melhor ou igual à apresentada no quadro I:

<b>PROVAS</b>	<b>MASCULINOS</b>	<b>FEMININOS</b>
<b>100</b>	10.74	12.33
<b>200</b>	22.04	25.20
<b>400</b>	49.42	57.46
<b>800</b>	1.52.67	2.12.19
<b>1500</b>	3.49.25	4.28.08
<b>5000</b>	14.17.05	17.16.59
<b>110/100 bar</b>	14.91	15.10
<b>400 bar</b>	54.37	64.35
<b>3000 obst</b>	9.13.47	11.32.52
<b>Altura</b>	1.98	1.66
<b>Vara</b>	4.45	3.10
<b>Comprimento</b>	7.22	5.69
<b>Triplo</b>	14.75	11.95
<b>Peso</b>	15.01	12.39
<b>Disco</b>	46.71	38.75
<b>Martelo</b>	51.21	46.31
<b>Dardo</b>	56.82	39.47

Quadro I

2 - Dentro do calendário e programa de provas apresentado, os atletas terão que participar, em pelo menos 4 provas do mesmo Sector, conforme a distribuição apresentada previsto no quadro II:

<b>Velocidade</b>	<b>Meio-fundo</b>	<b>Barreiras</b>	<b>Saltos</b>	<b>Lançamentos</b>
<b>100</b>	<b>800</b>	<b>110/100</b>	<b>Altura</b>	<b>Peso</b>
<b>200</b>	<b>1500</b>	<b>400</b>	<b>Vara</b>	<b>Disco</b>
<b>400</b>	<b>3000</b>		<b>Comprimento</b>	<b>Dardo</b>
	<b>5000 – 10.000</b>		<b>Triplo Salto</b>	<b>Martelo</b>
	<b>3000 obst</b>			

Quadro II

2.1 - Em virtude da especificidade e do reduzido número de provas no Sector de Barreiras ao longo do Circuito – a obrigatoriedade de participação nas 4 provas, poderá ser complementada com a participação nas provas do sector de velocidade.

4 – As despesas relacionadas com a participação dos atletas nas provas “**PREMIUM**” 2010 são da total responsabilidade dos organizadores dos Meetings, ou dos atletas (via clube) nas restantes competições.

## IV PRÉMIOS A ATRIBUIR PELA FPA

### A - Atletas

1 - Os prémios a atribuir nas provas “**PREMIUM**”2010 destinam-se apenas aos atletas filiados na FPA e atletas portugueses filiados noutra Federação, que no decorrer das competições mencionadas no ponto II, venham a realizar as marcas indicadas no quadro III;

### Masculinos

<b>PROVAS</b>	<i>Nível A</i>	<i>Nível B</i>	<i>Nível C</i>	<i>Nível D</i>	<i>Nível E</i>	<i>Júnior</i>
100	10.10	10.21	10.36	10.46	10.55	10.70
200	20.45	20.59	20.85	21.08	21.30	21.60
400	45.04	45.55	46.20	46.75	47.30	48.00
800	1:45.00	1:46.00	1:46.62	1:47.91	1:49.20	1:51.00
1500	3:34.65	3:36.20	3:39.70	3:41.60	3:43.50	3:49.00
5000	13:15.00	13:20.00	13:38.00	13:50.00	14:05.00	14:25.00
10000	27:39.70	27:47.00	28:32.50	29:00.00	29:30.00	30:45.00
110 barr.	13.43	13.55	13.67	13.96	14.25	14.60
400 barr.	49.04	49.25	50.29	51.15	52.00	53.00
3000 Obst.	8:18.90	8:23.00	8:29.00	8:38.50	8:48.00	9:04.00
Altura	2,31	2,29	2,25	2,21	2,18	2,13
Vara	5,72	5,62	5,55	5,40	5,25	5,00
Comprim.	8,17	8,10	7,95	7,80	7,65	7,40
Triplo	17,15	16,85	16,50	16,15	15,80	15,30
Peso	20,60	20,10	19,00	18,30	17,60	16,10
Disco	65,00	63,00	62,00	58,00	55,00	50,00
Martelo	79,00	75,90	74,00	70,00	65,00	60,00
Dardo	82,00	79,50	77,00	73,50	70,00	66,00

## Femininos

<b>PROVAS</b>	<b>Nível A</b>	<b>Nível B</b>	<b>Nível C</b>	<b>Nível D</b>	<b>Nível E</b>	<b>Júnior</b>
<b>100</b>	<b>11.24</b>	<b>11.30</b>	<b>11.45</b>	<b>11.63</b>	<b>11.80</b>	<b>11.90</b>
<b>200</b>	<b>22.73</b>	<b>23.00</b>	<b>23.44</b>	<b>23.72</b>	<b>24.00</b>	<b>24.50</b>
<b>400</b>	<b>51.20</b>	<b>51.50</b>	<b>52.65</b>	<b>53.52</b>	<b>54.40</b>	<b>55.00</b>
<b>800</b>	<b>1:59.58</b>	<b>2:00.45</b>	<b>2:01.25</b>	<b>2:04.14</b>	<b>2:07.00</b>	<b>2:08.50</b>
<b>1500</b>	<b>4:05.00</b>	<b>4:06.00</b>	<b>4:09.00</b>	<b>4:14.50</b>	<b>4:20.00</b>	<b>4:25.00</b>
<b>5000</b>	<b>15:05.00</b>	<b>15:10.00</b>	<b>15:33.00</b>	<b>15:54:00</b>	<b>16:15.00</b>	<b>16:30.00</b>
<b>10000</b>	<b>31:26.00</b>	<b>31:45.00</b>	<b>32:45.00</b>	<b>33:30.00</b>	<b>35:00.00</b>	<b>---</b>
<b>100 barr.</b>	<b>12.90</b>	<b>13.04</b>	<b>13.22</b>	<b>13.56</b>	<b>13.90</b>	<b>14.15</b>
<b>400 barr.</b>	<b>55.50</b>	<b>56.00</b>	<b>56.94</b>	<b>58.37</b>	<b>59.80</b>	<b>60.70</b>
<b>3000 Obst.</b>	<b>9:28.00</b>	<b>9:40.00</b>	<b>9:39.00</b>	<b>9:57.00</b>	<b>10:15.00</b>	<b>10:40.00</b>
<b>Altura</b>	<b>1,95</b>	<b>1,92</b>	<b>1,89</b>	<b>1,85</b>	<b>1,82</b>	<b>1,79</b>
<b>Vara</b>	<b>4,50</b>	<b>4,40</b>	<b>4,30</b>	<b>4,10</b>	<b>3,95</b>	<b>3,85</b>
<b>Comprim.</b>	<b>6,76</b>	<b>6,67</b>	<b>6,58</b>	<b>6,37</b>	<b>6,15</b>	<b>6,05</b>
<b>Triplo</b>	<b>14,38</b>	<b>14,10</b>	<b>13,88</b>	<b>13,50</b>	<b>13,15</b>	<b>12,85</b>
<b>Peso</b>	<b>18,60</b>	<b>17,70</b>	<b>16,92</b>	<b>16,10</b>	<b>15,30</b>	<b>14,00</b>
<b>Disco</b>	<b>63,00</b>	<b>60,25</b>	<b>57,66</b>	<b>54,00</b>	<b>50,50</b>	<b>47,00</b>
<b>Martelo</b>	<b>71,30</b>	<b>68,75</b>	<b>67,36</b>	<b>63,68</b>	<b>60,00</b>	<b>56,00</b>
<b>Dardo</b>	<b>62,00</b>	<b>60,00</b>	<b>57,35</b>	<b>53,90</b>	<b>50,50</b>	<b>49,00</b>

Quadros III- A e B

2 – A cada resultado obtido serão atribuídos os seguintes prémios aos atletas:

Obtenção de:	
Recorde Nacional Absoluto	750€
Marca correspondente ao Nível A	500€
Marca correspondente ao Nível B	400€
Marca correspondente ao Nível C	300€
Marca correspondente ao Nível D	250€
Marca correspondente ao Nível E	200€
Marca correspondente ao Nível Júnior (Atletas Sub 20)	100€

3 - Para atribuição dos prémios monetários acima mencionados, deverão ser respeitados os seguintes critérios:

- a) Obtenção das marcas mencionadas nos quadros III – A (Masculinos) e B (Femininos);
- b) Será contabilizada a participação dos atletas mesmo que um Meeting, na data da sua realização não faça disputar uma prova inicialmente prevista no programa apresentado no início do Circuito de cada época;
- c) Se a organização de um Meeting, posteriormente à data de divulgação do calendário e programas de provas do Circuito “ **PREMIUM**” 2010, acrescentar a esse programa outra (s) prova (s), para efeitos de participação e pontuação dos Atletas, tais resultados, não serão considerados;
- d) Para efeitos de contabilização da pontuação dos Atletas não serão considerados tempos manuais em provas de velocidade e barreiras. Contando apenas para efeitos de participação.
- e) Nas provas sujeitas a medição da velocidade do vento, e caso este seja superior a 2 m/seg, verificar-se-á a marca correspondente na Tabela Luis Leite em vigor, sendo reduzido 5% da pontuação da marca; inversamente acrescentar-se-á 5% caso o vento sopra a uma velocidade superior a -2 m/seg.
- f) Os prémios “ **PREMIUM**” 2010 serão atribuídos no final da época e são cumulativos ao longo das várias competições integradas no Circuito. Por competição será atribuído um único prémio por marca realizada (sempre o mais elevado);

- g) Os atletas que não participarem nos Campeonatos de Portugal não terão direito aos prémios entretanto alcançados (as situações excepcionais deverão ser apresentadas para serem analisadas);
- h) Os atletas que realizarem os resultados no decorrer dos Campeonatos de Portugal, terão direito aos prémios previstos para cada uma das categorias Premium, sem necessidade de respeitar o previsto na alínea 2, do ponto III.

## B - Meetings

Meeting “PREMIUM 2010”	1000 €
------------------------	--------

1 – Para se considerar uma marca pontuável para efeitos de pontuação dos Meetings, só serão consideradas as marcas realizadas dentro dos seguintes limites :

PROVAS	MASCULINOS	FEMININOS
<b>100</b>	11.46	12.27
<b>200</b>	23.40	27.15
<b>400</b>	52.47	57.91
<b>800</b>	2.03.1	2.15.3
<b>1500</b>	4.11.20	4.35.8
<b>5000</b>	15.27.60	16.59.3
<b>110/100 bar</b>	16.50	14.60
<b>400 bar</b>	58.44	64.64
<b>3000 obst</b>	9.52.40	--
<b>Altura</b>	1.81	1.65
<b>Vara</b>	3.95	3.34
<b>Comprimento</b>	6.42	5.74
<b>Triplo</b>	13.50	12.00
<b>Peso</b>	13.41	14.80
<b>Disco</b>	40.65	47.35
<b>Martelo</b>	45.55	44.97
<b>Dardo</b>	48.92	42.22

Quadro I

- a) O prémio Meeting “**PREMIUM**” 2010 será atribuído ao Meeting que tenha obtido o maior número de pontos, tomando em consideração o somatório dos pontos obtidos pelos 36 melhores resultados alcançados em cada Meeting, com um máximo de 4 resultados numa prova, de acordo com a Tabela de Pontuação Luís Leite (Masculina e Feminina).

b) Serão considerados os resultados obtidos nas seguintes provas pontuáveis pela referida Tabela:

**Masculinos:** 100-200- 400-800--1.500--5000-10.000 - 3.000 obst-

-110 barr - 400 barr -

- Altura – Vara – Comprimento – Triplo

- Peso – Disco – Martelo - Dardo

**Femininos:** 100-200-400-800-1.500-5000-10.000 -3000 obst-

-100 barr - 400 barr

- Altura – Vara – Comprimento - Triplo

- Peso - Disco - Martelo - Dardo

c) Contarão os resultados obtidos quer por atletas nacionais, quer estrangeiros.

d) Nas provas sujeitas a medição da velocidade do vento, retirar-se-á 5% da pontuação da marca caso este seja superior a 2 m/seg, ou acrescentar-se-á 5% caso o vento sopra a uma velocidade superior a -2 m/seg.

e) Um Meeting que posteriormente à data de divulgação do calendário e programas de provas do Circuito “ **PREMIUM**” 2010, acrescentar a esse programa outra (s) prova (s), para efeitos de pontuação, tais resultados, não serão considerados.

f) Para efeitos da contabilização da pontuação do Meeting não serão considerados tempos manuais em provas de velocidade e barreiras.

Linda - a - velha, 22 de Abril de 2010



## *Circuito de Pista “PREMIUM 2010”*

- 22 de Maio: Meeting Cidade de Leiria
- 3 de Junho: II Meeting Vítor Tavares - Faro
- 10 de Junho: Meeting Cidade de Abrantes
- 22 de Junho: 19º Meeting Athletic “ Cidade de Viseu”
- 2 de Julho : IV Meeting Internacional de Elvas
- 9 de Julho : XI Meeting Internacional “ Cidade da Guarda”
- 14 de Julho : Meeting Aniversário da AALisboa
- 22 de Julho : Meeting Internacional da Madeira
- Campeonatos Regionais de pista
- 17 e 18 de Julho: Campeonatos de Portugal de pista

### Quadro Competitivo Masculino

<b>Prova</b>	<b>22 Maio Meeting Leiria a)</b>	<b>3 Junho Meeting Faro</b>	<b>10 Junho Meeting Abrantes</b>	<b>22 Junho Meeting Viseu</b>	<b>3 Julho Meeting Elvas</b>	<b>9 Julho Meeting Guarda</b>	<b>14 Julho Meeting Lisboa a)</b>	<b>22 Julho Meeting Madeira</b>
<b>100 M</b>	<b>X</b>	<b>X</b>		<b>X</b>	<b>X</b>			<b>X</b>
<b>200 M</b>			<b>X</b>	<b>X</b>		<b>X</b>		
<b>400 M</b>	<b>X</b>	<b>X</b>			<b>X</b>	<b>X</b>		<b>X</b>
<b>800 M</b>		<b>X</b>		<b>X</b>	<b>X</b>	<b>X</b>		
<b>1500 M</b>	<b>X</b>		<b>X</b>					<b>X</b>
<b>5000 M</b>				<b>X</b>				
<b>3.000 M Obs.</b>	<b>X</b>							
<b>110 M bar</b>			<b>X</b>		<b>X</b>			<b>X</b>
<b>400 M bar</b>	<b>X</b>	<b>X</b>				<b>X</b>		
<b>Altura</b>	<b>X</b>							<b>X</b>
<b>Vara</b>	<b>X</b>	<b>X</b>				<b>X</b>		<b>X</b>
<b>Comprimento</b>	<b>X</b>	<b>X</b>	<b>X</b>	<b>X</b>		<b>X</b>		
<b>Triplo</b>					<b>X</b>			
<b>Peso</b>	<b>X</b>	<b>X</b>			<b>X</b>	<b>X</b>		<b>X</b>
<b>Disco</b>		<b>X</b>		<b>X</b>		<b>X</b>		
<b>Martelo</b>	<b>X</b>				<b>X</b>			
<b>Dardo</b>			<b>X</b>	<b>X</b>				<b>X</b>
<b>4 X 100 m</b>	<b>X</b>		<b>X</b>		<b>X</b>			<b>X</b>
<b>3000 M</b>		<b>X</b>						<b>X</b>
<b>Marcha</b>			<b>5000</b>					

a) A aguardar confirmação do programa

## Quadro Competitivo Feminino

<b>Prova</b>	<b>22 Maio Meeting Leiria a)</b>	<b>3 Junho Meeting Faro</b>	<b>10 Junho Meeting Abrantes</b>	<b>22 Junho Meeting Viseu</b>	<b>3 Julho Meeting Elvas</b>	<b>9 Julho Meeting Guarda</b>	<b>14 Julho Meeting Lisboa a)</b>	<b>22 Julho Meeting Madeira</b>
<b>100 M</b>	<b>X</b>			<b>X</b>				<b>X</b>
<b>200 M</b>		<b>X</b>	<b>X</b>	<b>X</b>	<b>X</b>	<b>X</b>		
<b>400 M</b>	<b>X</b>	<b>X</b>				<b>X</b>		<b>X</b>
<b>800 M</b>	<b>X</b>	<b>X</b>		<b>X</b>		<b>X</b>		
<b>1500 M</b>			<b>X</b>		<b>X</b>			
<b>5000 M</b>				<b>X</b>				
<b>3.000 M Obs.</b>								
<b>100 M bar</b>			<b>X</b>		<b>X</b>			<b>X</b>
<b>400 M bar</b>	<b>X</b>					<b>X</b>		
<b>Altura</b>	<b>X</b>	<b>X</b>				<b>X</b>		
<b>Vara</b>								
<b>Comprimento</b>	<b>X</b>	<b>X</b>		<b>X</b>	<b>X</b>	<b>X</b>		<b>X</b>
<b>Triplo</b>			<b>X</b>					
<b>Peso</b>		<b>X</b>			<b>X</b>			
<b>Disco</b>	<b>X</b>			<b>X</b>		<b>X</b>		
<b>Martelo</b>	<b>X</b>		<b>X</b>					<b>X</b>
<b>Dardo</b>		<b>X</b>		<b>X</b>	<b>X</b>			
<b>4 X 100 M</b>	<b>X</b>		<b>X</b>		<b>X</b>			<b>X</b>
<b>3000 M</b>		<b>X</b>						<b>X</b>
<b>Marcha</b>			<b>5000</b>					

a) A aguardar confirmação do programa

COMPETIÇÃO	LOCAL	DATA	DIRECTOR MEETING	CONTACTOS
Meeting Cidade de Leiria	Leiria	22 MAI	Paulo Reis	Juventude Vidigalense Apartado 2853 – 2401-901 Leiria ☎ 91 971 97 27 @ <a href="mailto:pauloreis@juventudevidigalense.org">pauloreis@juventudevidigalense.org</a> Web: <a href="http://www.juventudevidigalense.pt">www.juventudevidigalense.pt</a>
II Meeting Victor Tavares	Faro	3 JUN	Rui Costa	Associação de Atletismo do Algarve Rua Ataíde de Oliveira, nº 119 – 5º Dt.º 8000-218 Faro ☎ 289 82 49 46 ☎ 289 82 37 08 @ <a href="mailto:aaalgarve@mail.telepac.pt">aaalgarve@mail.telepac.pt</a> Web: <a href="http://www.aaalgarve.pt">www.aaalgarve.pt</a>
Meeting Cidade de Abrantes	Abrantes	10 JUN	Eduardo Gonçalves Luís Valente	Associação de Atletismo de Santarém Av. D. João I – 2080 Almeirim ☎ 243 59 60 93 ☎ 243 59 60 95 @ <a href="mailto:associacaoasantarem@gmail.com">associacaoasantarem@gmail.com</a> Web: <a href="http://www.aasantarem.pt">www.aasantarem.pt</a>
XIX Meeting Athletic “Cidade de Viseu”	Fontelo – Viseu	22 JUN	Raimundo Esteves	Associação de Atletismo de Viseu Rua Cândido dos Reis, nº 27 – fracção C 3500-057 Viseu ☎ 232 42 36 40 ☎ 232 42 48 75 @ <a href="mailto:Raimundo.esteves@hotmail.com">Raimundo.esteves@hotmail.com</a> Web: <a href="http://www.aaviseu.com.sapo.pt">www.aaviseu.com.sapo.pt</a>
IV Meeting Internacional de Elvas	Estádio Municipal de Elvas	2 JUL	Jorge Martins João Vintém Lopes da Silva	Câmara Municipa de Elvas Rua Isabel Maria Picão – Apartado 70 7350 Elvas ☎ 268 63 97 40 ☎ 268 62 17 97 @ <a href="mailto:jorgeagmartins@sapo.pt">jorgeagmartins@sapo.pt</a> Web: <a href="http://www.cm-elvas.pt">www.cm-elvas.pt</a>
XI Meeting Internacional de Atletismo “Cidade da Guarda”	Estádio Municipal da Guarda	9 JUL	Gonçalo Amaral	Associação de Atletismo da Guarda Av. Do Estádio Municipal – Bancadas do Estádio – 6300-705 Guarda ☎ 271 22 17 21 ☎ 271 22 17 21 @ <a href="mailto:dtraaguarda@aag.pt">dtraaguarda@aag.pt</a> Web: <a href="http://www.aag.pt">www.aag.pt</a>

<b>COMPETIÇÃO</b>	<b>LOCAL</b>	<b>DATA</b>	<b>DIRECTOR MEETING</b>	<b>CONTACTOS</b>
Meeting de Lisboa	Estádio Universitário de Lisboa	14 JUL	Marcel Almeida	Associação de Atletismo de Lisboa Rua Rodrigo da Fonseca, nº 56 C/v 1250-193 Lisboa ☎ 21 386 18 11 📠 21 386 06 88 @ <a href="mailto:Lisboa@fpatletismo.pt">Lisboa@fpatletismo.pt</a> Web: <a href="http://www.aalisboa.com">www.aalisboa.com</a>
Meeting Internacional da Madeira	Ribeira Brava	22 JUL	Policarpo Gouveia	Associação de Atletismo da Madeira Estádio de Câmara de Lobos – Sítio do Carmo 9300-103 Câmara de Lobos ☎ 291 76 403 📠 291 764 803 @ <a href="mailto:policarpogouveia@hotmail.com">policarpogouveia@hotmail.com</a> Web: <a href="http://www.atletismomadeira.pt">www.atletismomadeira.pt</a>