

MARCAS DE QUALIFICAÇÃO NAS COMPETIÇÕES NACIONAIS

ÉPOCA 2016/2017

Condições de aceitação de marcas de qualificação:

- A. O prazo de obtenção de marcas de qualificação nas competições que o exijam é compreendido entre o dia 16 de Outubro de 2015 e até 6 dias antes da data da primeira ou única jornada da respetiva competição.
- B. Não serão consideradas para efeitos de marcas de qualificação as obtidas com vento anti-regulamentar (quando aplicável).
- C. Os responsáveis técnicos da FPA poderão considerar a participação de atletas sem marcas de qualificação em provas nas quais os mesmos sejam exigíveis. Para o efeito deverá ser endereçado pedido devidamente fundamentado.
- D. Tendo-se chegado à conclusão de que há clubes que sistematicamente inscrevem atletas em determinadas Competições com marcas que não foram obtidas pelos mesmos, informa-se que caso se confirme, após a realização de Competições com marcas de qualificação, que determinados atletas participaram nas condições anteriormente descritas (isto é com marcas "falseadas"), que os mesmos serão desclassificados das provas em questão, sendo conseqüentemente retirados os respetivos pontos à equipa em caso de competição coletiva.

Época 2016/2017

| Pista Coberta | | | | |
|------------------------|---|---|--|--|
| MARCAS DE QUALIFICAÇÃO | | | | |
| | MASCULINOS | | | |
| PROVAS | <u>Portugal</u> | <u>Esperanças (Jun + S23)</u> | <u>Juniores</u> | <u>Juvenis</u> |
| 60 m | 6,8 / 7,04 10,7 / 10,94 (100m) | 7,0 / 7,24 11,0 / 11,24 (100m) | 7,1 / 7,34 11,2 / 11,44 (100m) | 7,2 / 7,44 11,4 / 11,64 (100m) |
| 200 m | 22,7 / 22,94 22,2 / 22,44 (ar livre) | 23,0 / 23,24 22,4 / 22,64 (ar livre) | 23,3 / 23,54 22,9 / 23,14 (ar livre) | 23,7 / 23,94 23,5 / 23,74 (ar livre) |
| 400 m | 51,0 / 51,14 49,9 / 50,04 (ar livre) | 51,6 / 51,74 51,5 / 51,64 (ar livre) | 52,0 / 52,14 51,9 / 52,04 (ar livre) | 37,8 / 38,04 (300m) 37,5 / 37,74 (300 m AL) |
| 800 m | 1 55,50 1 54,50 (ar livre) | 2 02,00 1 58,00 (ar livre) | 2 03,00 2 01,00 (ar livre) | 2 07,00 2 05,00 (ar livre) |
| 1 500 m | 4 00,00 3 58,00 (ar livre) | 4 12,00 4 05,00 (ar livre) | 4 15,00 | 4 22,00 |
| 3 000 m | 8 40,00 8 35,00 (ar livre) 14 40,00 (5 000 m) | 8 58,00 8 40,00 (ar livre) 15 00,00 (5 000 m) | 9 20,00 | 9 50,00 |
| 60 m bar (1,06m) | 8,6 / 8,84 15,6 / 15,84 (110 m bar) | 8,8 / 9,04 16,1 / 16,34 (110 m bar) | 9,1 / 9,34 (1,00m) 9,4 / 9,64 (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) | 9,0 / 9,24 16,2 / 16,44 (110m) |
| 5 000 m Marcha | 23 30,00 | 24 00,00 | 25 00,00 | 28 30,00 |
| Altura | 1,95 | 1,90 | 1,84 | 1,75 |
| Vara | 4,25 | 3,85 | 3,50 | 3,20 |
| Comprimento | 7,00 | 6,65 | 6,40 | 6,20 |
| Triplo Salto | 14,10 | 13,50 | 13,00 | 12,40 |
| Peso (7,260kg) | 13,80 | 12,00 | 12,00 (6kg) 12,50 (5kg) | 11,70 (5kg) |
| 4X400 m | s/m qual | s/m qual (4x200) | s/m qual (4x200 m) | s/m qual (4x200 m) |
| Heptatlo | 4.300 Heptatlo / 5.500 (Decatlo) / 3.200 (P. Técnico) | 4.050 Heptatlo / 5.400 (Decatlo) / 3.100 (P. Técnico) | 3.900 Heptatlo / 5.300 (Decatlo) / 3.000 (P. Técnico) | 3.700 Heptatlo / 4.400 Octatlo / 4.700 Decatlo / 2.900 (P. Técnico) |

Época 2016/2017

| Pista Coberta | | | | |
|------------------------|--|--|--|--|
| MARCAS DE QUALIFICAÇÃO | | | | |
| | FEMININOS | | | |
| PROVAS | <u>Portugal</u> | <u>Esperanças (Jun + S23)</u> | <u>Juniores</u> | <u>Juvenis</u> |
| 60 m | 7,8 / 8,04 12,4 / 12,64 (100m) | 8,1 / 8,34 12,7 / 12,94 (100m) | 8,2 / 8,44 12,9 / 13,14 (100m) | 8,3 / 8,54 13,0 / 13,24 (100m) |
| 200 m | 26,4 / 26,64 25,7 / 25,94 (ar livre) | 27,8 / 28,04 26,0 / 26,24 (ar livre) | 28,1 / 28,34 26,5 / 26,74 (ar livre) | 28,2 / 28,44 26,6 / 26,84 (ar livre) |
| 400 m | 61,0 / 61,14 59,9 / 60,04 (ar livre) | 62,3 / 62,44 61,0 / 61,14 (ar livre) | 63,2 / 63,34 62,7 / 62,84 (ar livre) | 44,9 / 45,04 (300m) 44,6 / 44,74 (300m AL) |
| 800 m | 2 23,00 2 18,00 (ar livre) | 2 25,00 2 22,00 (ar livre) | 2 28,00 2 25,00 (ar livre) | 2 29,50 2 26,50 (ar livre) |
| 1 500 m | 4 48,00 4 40,00 (ar livre) | 4 57,00 4 50,00 (ar livre) | 5 08,00 | 5 13,00 |
| 3 000 m | 10 35,00 10 05,00 (ar livre) 17 30,00 (5 000 m) | 10 45,00 10 35,00 (ar livre) 18 00,00 (5 000 m) | 11 10,00 | 11 50,00 |
| 60 m bar (0,84m) | 9,4 / 9,64 16,0 / 16,24 (100 m bar) | 9,6 / 9,84 16,5 / 16,74 (100 m bar) | 10,1 / 10,34 10,0 / 10,24 (0,76m) 17,0 / 17,24 (100m 0,84) 16,9 / 17,14 (100m 0,76) | 10,2 / 10,44 16,8 / 17,04 (100m) |
| 3 000 m Marcha | 15 30,00 | 16 00,00 | 16 30,00 | 17 30,00 |
| Altura | 1,60 | 1,58 | 1,55 | 1,50 |
| Vara | 3,00 | 2,75 | 2,50 | 2,25 |
| Comprimento | 5,55 | 5,35 | 5,30 | 5,10 |
| Triplo Salto | 11,50 | 10,90 | 10,60 | 10,40 |
| Peso (4kg) | 11,50 | 10,60 | 10,20 (4kg) 11,00 (3kg) | 10,60 (3kg) |
| 4X400 m | s/m qual | s/m qual (4x200 m) | s/m qual (4x200 m) | s/m qual (4x200 m) |
| Pentatlo | 2.800 (Pentatlo) / 4.000 (Heptatlo) / 3.000 (P. Técnico) | 2.600 (Pentatlo) / 3.750 (Heptatlo) / 2.900 (P. Técnico) | 2.450 (Pentatlo) / 3.500 (Heptatlo) / 2.800 (P. Técnico) | 2.350 (Pentatlo) / 3.200 (Heptatlo) / 2.700 (P. Técnico) |

Época 2016/2017

| Ar Livre | | | | |
|------------------------|----------------------------|-----------------------------|-----------------------------------|--|
| MARCAS DE QUALIFICAÇÃO | | | | |
| | MASCULINOS | | | |
| PROVAS | <u>Portugal</u> | <u>Esperanças</u> | <u>Juniores</u> | <u>Juvenis</u> |
| 100 m | 10,7 / 10,94 | 11,0 / 11,24 | 11,1 / 11,34 | 11,4 / 11,64 |
| 200 m | 22,2 / 22,44 | 22,4 / 22,64 | 22,9 / 23,14 | 23,6 / 23,84 |
| 400 m | 49,9 / 50,04 | 50,2 / 50,34 | 51,5 / 51,64 | 52,5 / 52,64 37,9 / 38,04 (300 m) |
| 800 m | 1 55,00 | 1 57,50 | 1 59,50 | 2 03,50 |
| 1 500 m | 3 57,00 | 4 03,00 | 4 09,00 | 4 16,00 |
| 3 000 m | --- | --- | 9 10,00 | 9 35,00 |
| 5 000 m | 14 50,00 | 15 45,00 | 16 30,00 9 10,00 (3000m) | --- |
| 10 000 m | s/m qual | s/m qual | --- | --- |
| Maratona | s/m qual | --- | --- | --- |
| 110 m bar (1,06m) | 15,6 / 15,84 | 16,1 / 16,34 | 16,7 / 16,94 (1,00m) | 16,2 / 16,44 (0,91m) |
| 400 m bar (0,91m) | 55,9 / 56,04 | 57,8 / 57,94 | 58,9 / 59,04 | 59,9 / 60,04 43,3 / 43,44 (300 bar) |
| 3 000 Obst (0,91m) | 9 35,00 (8 40,00 3000m) | 10 00,00 9 00,00 (3000m) | 10 27,00 9 10,00 (3000m) | 6 35,00 (2 000 m Obst) |
| Altura | 1,96 | 1,91 | 1,85 | 1,78 |
| Vara | 4,35 | 3,90 | 3,55 | 3,05 |
| Comprimento | 7,10 | 6,70 | 6,50 | 6,30 |
| Triplo Salto | 14,20 | 13,60 | 13,30 | 12,50 |
| Peso (7,260kg) | 14,00 | 12,20 | 12,20 (6kg) | 12,00 (5kg) |
| Martelo (7,260kg) | 46,00 | 41,00 | 40,00 (6kg) | 33,00 (5kg) |
| Disco (2kg) | 44,00 | 37,00 | 36,00 (1,75 kg) | 33,00 (1,5kg) |
| Dardo (800g) | 54,00 | 49,00 | 45,00 | 39,00 (700g) |
| 5 000 m Marcha | --- | --- | --- | 29 00,00 |
| 10 000 m Marcha | 49 00,00 | 55 00,00 | 57 00,00 / 25 30,00 (5.000 Mx) | --- |
| 20 000 m Marcha | --- | --- | --- | --- |
| 50 km Marcha | s/m qual | --- | --- | --- |
| 4X100 m | s/m qual | s/m qual | s/m qual | s/m qual |
| 4X400 m | s/m qual | s/m qual | s/m qual | s/m qual (4x300 m) |
| Octatlo | --- | --- | --- | 4.200 pontos |
| Decatlo | 5.300 pontos | 5.100 pontos | 4.900 pontos | 4.700 (Decatlo) / 4.300 (Octatlo) |

Época 2016/2017

| Ar Livre | | | | |
|------------------------|------------------------------|---------------------------------|-------------------------------------|--|
| MARCAS DE QUALIFICAÇÃO | | | | |
| | FEMININOS | | | |
| PROVAS | <u>Portugal</u> | <u>Esperanças</u> | <u>Juniores</u> | <u>Juvenis</u> |
| 100 m | 12,4 / 12,64 | 12,7 / 12,94 | 12,8 / 13,04 | 13,0 / 13,24 |
| 200 m | 25,7 / 25,94 | 26,0 / 26,24 | 26,7 / 26,94 | 27,2 / 27,44 |
| 400 m | 59,9 / 60,04 | 60,2 / 60,34 | 62,1 / 62,24 | 62,1 / 62,24 44,9 / 45,04 (300 m) |
| 800 m | 2 20,00 | 2 22,00 | 2 24,00 | 2 25,50 |
| 1 500 m | 4 40,00 | 4 55,00 | 5 00,00 | 5 05,00 |
| 3 000 m | --- | 10 45,00 | 10 55,00 | 11 20,00 |
| 5 000 m | 17 55,00 (10 10,00 3000m) | 19:10:00 / 10:45:00 (3000 m) | --- | --- |
| 10 000 m | s/m qual | --- | --- | --- |
| Maratona | s/m qual | --- | --- | --- |
| 100 m bar (0,84m) | 15,9 / 16,14 | 16,4 / 16,64 | 17,0 / 17,24 | 16,8 / 17,04 (0,76m) |
| 400 m bar (0,76m) | 66,9 / 67,04 | 68,7 / 68,84 | 69,9 / 70,04 | 70,8 / 70,94 51,1 / 51,24 (300 bar) |
| 3 000 Obst (0,76m) | 12 00,00 (10 30,00 3000m) | 13 10,00 10 45,00 (3000m) | 13 58,00 10 55,00 (3000m) | 8 25,00 (2 000 m Obst) |
| Altura | 1,62 | 1,60 | 1,58 | 1,53 |
| Vara | 3,10 | 2,90 | 2,55 | 2,30 |
| Comprimento | 5,60 | 5,40 | 5,35 | 5,15 |
| Triplo Salto | 11,60 | 11,00 | 10,80 | 10,60 |
| Peso (4kg) | 11,70 | 11,00 | 10,40 | 11,00 (3kg) |
| Martelo (4kg) | 44,00 | 37,00 | 34,00 | 35,00 (3kg) |
| Disco (1kg) | 38,00 | 36,00 | 30,00 | 27,00 |
| Dardo (600g) | 36,00 | 32,00 | 29,00 | 29,00 (500g) |
| 5 000 m Marcha | --- | --- | --- | 30 00,00 |
| 10 000 m Marcha | 58 00,00 | 1 04 00,00 | 1 06 00,00 / 29 00,00 (5.000 Mx) | --- |
| 4X100 m | s/m qual | s/m qual | s/m qual | s/m qual |
| 4X400 m | s/m qual | s/m qual | s/m qual | s/m qual (4x300 m) |
| Heptatlo | 3.500 pontos | 3.500 pontos | 3.150 pontos | 3.150 pontos |

Época 2016/2017

| MARCAS DE QUALIFICAÇÃO - Taça Portugal de Saltos | | | | |
|--|---------|-------|----------|-------|
| PROVAS | Juniões | | Seniores | |
| | Masc | Fem | Masc | Fem |
| Altura | 1,80 | 1,48 | 1,86 | 1,52 |
| Vara | 3,40 | 2,30 | 3,80 | 2,60 |
| Comprimento | 6,30 | 5,00 | 6,60 | 5,20 |
| Triplio Salto | 13,00 | 10,50 | 13,50 | 10,80 |

| MARCAS DE QUALIFICAÇÃO - Taça Portugal Velocidade e Barreiras | | | Mínimos para as Provas Extra de Barreiras | | |
|---|--------------------------------------|--------------------------------------|--|---|-----------|
| PROVAS | Masc | | Fem | | Escalão |
| | Masc | Fem | Masc | Fem | |
| 60 m | 7,2 / 7,44 - 11,2 / 11,44 (100 m) | 8,2 / 8,44 - 12,9 / 13,14 (100 m) | 8,7 / 8,94 | 9,5 / 9,74 | Jun / Sen |
| | | | MARCAS DE QUALIFICAÇÃO - Torneio Nacional Pentatlo Técnico | | |
| 400 m | Masc | | Fem | | Escalões |
| | Masc | Fem | Masc | Fem | |
| Juniões | 53,2 / 53,34 | 63,2 / 63,34 | 5.200 (Decatlo) 4.100 (Heptatlo) 3.000 (P. Técnico) | 3.600 (Heptatlo) 2.700 (.Pentatlo) 2.900 (P. Técnico) | Seniores |
| Sub-23 | 51,8 / 51,94 | 62,5 / 62,64 | 5.100 (Decatlo) 4.000 (Heptatlo) 2.900 (P. Técnico) | 3.500 (Heptatlo) 2.600 (.Pentatlo) 2.900 (P. Técnico) | Sub-23 |
| Seniores | 51,3 / 51,44 | 61,3 / 61,44 | 5.000 (Decatlo) 3.900 (Heptatlo) 2.800 (P. Técnico) | 3.200 (Heptatlo) 2.400 (.Pentatlo) 2.800 (P. Técnico) | Juniões |
| 60 m bar | Masc | | Fem | | Escalões |
| | Masc | Fem | Masc | Fem | |
| Juniões | 9,3 / 9,54 (1,00) | 10,2 / 10,44 | 4.900 (Decatlo) 3.650 (Heptatlo) 2.700 (P. Técnico) | 3.100 (Heptatlo) 2.300 (.Pentatlo) 2.700 (P. Técnico) | Juvenis |
| Sub-23 | 8,9 / 9,14 | 9,7 / 9,94 | | | |
| Seniores | 8,7 / 8,94 | 9,5 / 9,74 | | | |

| PROVAS | MARCAS DE QUALIFICAÇÃO Camp Nacional Lançamentos Longos para Juvenis | | MARCAS DE QUALIFICAÇÃO Campeonato Nacional de Lançamentos Longos | | | |
|---------|--|-------------|---|-------|----------|-------|
| | Juvenis | | Juniões | | Seniores | |
| | Masc | Fem | Masc | Fem | Masc | Fem |
| Martelo | 32,00 (5kg) | 33,00 (3kg) | 38,00 (6kg) | 32,00 | 44,00 | 40,00 |
| Disco | 32,00 (1,5kg) | 25,00 | 35,00 (1,75kg) | 27,00 | 42,00 | 36,00 |
| Dardo | 37,00 (700g) | 26,00 | 44,00 | 27,00 | 51,00 | 34,00 |

| MARCAS DE QUALIFICAÇÃO - Taça Portugal de Marcha | | | | | | |
|--|------------------------------|------------------------------|----------|------------|------------|------------|
| PROVAS | Juvenis | | Juniões | | Seniores | |
| | Masc | Fem | Masc | Fem | Masc | Fem |
| 5.000 m | 33.00,00 25.00,00 (4000m) | 39.00,00 31.00,00 (4000m) | ---- | ---- | ---- | ---- |
| 10.000 m | ---- | ---- | 56.00,00 | 1:10.00,00 | 54.00,00 | 1:08.00,00 |
| 20.000 m | ---- | ---- | ---- | ---- | 1:58.00,00 | ---- |

| MARCAS DE QUALIFICAÇÃO - Campeonato Nacional de Marcha em Estrada | | | | | | | | |
|---|---------------------------|-------|---------|---------|-----------------|---------|-----------|-----------|
| PROVAS | Juvenis | | Juniões | | Seniores | | Veteranos | |
| | Masc | Fem | Masc | Fem | Masc | Fem | Masc | Fem |
| 5 km | ---- | 38.00 | ---- | ---- | ---- | ---- | ---- | s/ m qual |
| 10 km | 1:05.00 32.00 (5.000m) | ---- | 56.00 | 1:10.00 | ---- | 1:08.00 | s/ m qual | ---- |
| 20 km | ---- | ---- | ---- | ---- | 1:58.00 | 2:04.00 | ---- | ---- |
| 35 km | ---- | ---- | ---- | ---- | 1:58.00 (20 km) | ---- | ---- | ---- |

Época 2016/2017

| Pista Coberta | | |
|----------------------|------------|-----------|
| MÍNIMOS DE PONTUAÇÃO | | |
| PROVAS | Masculinos | Femininos |
| 60 m | 7,74 | 8,84 |
| 200 m | 25,24 | 29,24 |
| 400 m | 53,94 | 65,04 |
| 800 m | 2 05,00 | 2 30,00 |
| 1 500 m | 4 20,00 | 5 20,00 |
| 3 000 m | 9 30,00 | 11 40,00 |
| 60 m bar | 9,84 | 10,64 |
| 5.000 / 3.000 Marcha | 29 00,00 | 19 00,00 |
| Altura | 1,70 | 1,40 |
| Vara | 2,80 | 2,00 |
| Comprimento | 5,80 | 4,60 |
| Triplo Salto | 12,00 | 9,70 |
| Peso | 9,50 | 8,50 |
| 4X400 m | 3 48,00 | 4 40,00 |

| Ar Livre | | |
|----------------------|------------|-----------|
| MÍNIMOS DE PONTUAÇÃO | | |
| PROVAS | Masculinos | Femininos |
| 100 m | 12,04 | 14,14 |
| 200 m | 25,04 | 28,94 |
| 400 m | 53,44 | 64,54 |
| 800 m | 2 05,00 | 2 30,00 |
| 1 500 m | 4 20,00 | 5 20,00 |
| 3 000 m | 9 30,00 | 11 40,00 |
| 5 000 m | 16 30,00 | 21 00,00 |
| 3 000 Obst | 10 45,00 | 15 00,00 |
| 110/100 m bar | 18,74 | 18,04 |
| 400 m bar | 61,94 | 73,14 |
| Altura | 1,70 | 1,40 |
| Vara | 2,80 | 2,00 |
| Comprimento | 5,80 | 4,60 |
| Triplo Salto | 12,00 | 9,70 |
| Peso | 9,50 | 8,50 |
| Disco | 27,00 | 23,00 |
| Dardo | 40,00 | 25,00 |
| Martelo | 28,00 | 25,00 |
| 5 000/3 000 Marcha | 29 00,00 | 19 00,00 |
| 4X100 m | 47,54 | 55,04 |
| 4X400 m | 3 42,00 | 4 30,00 |