



Euromeeeting, JEC & EYOC

Czech Republic & Hungary

Cr terios de Sele o

(reformula o)

2020

EUROMEETING 2020

(Czech Republic)



Seleção de atletas (números e critério)

- Participação **apenas** de atletas que manifestaram o seu interesse de representação da Seleção Nacional preenchendo o documento PDI (Projeto Desportivo Individual)
- Melhor atleta(s)* (Masculino e Feminino) colocados no **Ranking IOF (World Ranking List a 18 de agosto)** nas distâncias Média/Longa e Sprint (ver tabela) (**dispensados das Provas de Seleção**)
- Cumprimento do tempo mínimo dos Testes Físicos (ver tabela) (**eliminatório**)
- 1 (um) atleta Masculino e 2 (dois) atletas Femininos com melhor pontuação no somatório das Provas de Seleção** (Testes Físicos, Sprint, Média e Longa) (**4 eventos**)
- 2 (dois) atletas por decisão técnica***

Será aplicada a fórmula **Pontuação = Tempo vencedor / Tempo atleta x 100** para definição da pontuação de cada atleta em cada evento (Testes Físicos, Sprint, Média e Longa) (arredondamento a 2 casas decimais) (**1º lugar = 100pts.**)

*) os atletas abrangidos neste ponto deverão apresentar comprovativo do tempo mínimo dos **Testes Físicos** de acordo com a tabela em vigor até ao dia **29 de agosto (tempo válido desde 1 de julho)**; o tempo obtido por estes atletas, e por estarem dispensados das Provas de Seleção **não conta** para apuramento do tempo do vencedor no evento **Testes Físicos (é apenas necessário tempo mínimo)**

***) caso algum atleta obtenha **abaixo de 90 (noventa) pontos na média aritmética dos 4 (quatro) eventos**, a comissão técnica reserva-se no direito de poder atribuir esta vaga a outro atleta, ou mesmo, não completar a totalidade de vagas disponível

****) devidamente justificado pelos técnicos responsáveis

Testes Físicos

- Para todos os atletas interessados (que preencheram o PDI), no dia **29 de agosto** na pista de atletismo do estádio municipal da Marinha Grande a partir das 9h00

- Tempos mínimos de acordo com a tabela anterior referente ao documento Critérios de Seleção 2020

TESTES FÍSICOS (5K)	
Homens	Mulheres
17'30	20'

Pontuações obtidas pelos atletas a 18 de agosto de 2020 (World Ranking List by IOF)

Floresta (Média/Longa)			
Homens		Mulheres	
Posição/Pontos	Nome	Posição/Pontos	Nome
331 (5203p.)	Manuel Horta	192 (5162p.)	Filipa Rodrigues
428 (4910p.)	João Novo	228 (4934p.)	Mariana Moreira
462 (4807p.)	João Magalhães	233 (4908p.)	Beatriz Sanguino
621 (4135p.)	João Ferreira	439 (3479p.)	Inês Pinto
2327 (595p.)	João M. Figueiredo	502 (3476p.)	Carolina Delgado
2512 (451p.)	Manuel Lopes	522 (3024p.)	Helena Lima
0	Tiago Gingão Leal		

Sprint			
Homens		Mulheres	
Posição/Pontos	Nome	Posição/Pontos	Nome
357 (3987p.)	João Magalhães	115 (5438p.)	Filipa Rodrigues
718 (2092p.)	João M. Figueiredo	180 (4665p.)	Beatriz Sanguino
900 (1790p.)	João Ferreira	253 (3729p.)	Helena Lima
1019 (1495p.)	Manuel P. Lopes	302 (3200p.)	Mariana Moreira
1135 (1119p.)	Tiago G. Leal	375 (2647p.)	Carolina Delgado
1217 (1060p.)	João Novo	1200 (634p.)	Inês Pinto

Requisitos ao cidadão Português para entrada na República Checa

"Autoridades checas passaram hoje Portugal para "verde" na classificação relativa à pandemia COVID-19. De acordo com a informação que nos foi transmitida, tal implica que qualquer cidadão português passa a poder, "sem qualquer teste" (antes ou depois), entrar na R. Checa, independentemente da razão da visita."

(Embaixada de Portugal na República Checa, 1 Jul 2020)

Atletas a convocar (Testes Físicos)

Homens	Mulheres
1963 João Ferreira 5287 João Novo# 4495 Tiago Gingão Leal	3156 Mariana Moreira 5533 Beatriz Sanguino 3975 Helena Lima 4112 Inês Pinto
Extra	
3299 João Mega Figueiredo# 5061 Manuel Lopes	3479 Carolina Delgado#
Atletas dispensados* (Provas de Seleção)	
4429 Manuel Horta*# 5448 João Magalhães*	5736 Filipa Rodrigues *

*** Têm de apresentar tempos mínimos até ao dia 29 de agosto (válidos a partir de 1 julho 2020)**

#Estes atletas para poderem ir fazer testes físicos têm que fazer o Exame médico desportivo até dia 28 de agosto.

EYOC & EJOC 2020 (Hungary)



Seleção de atletas (números e critério)

- Participação **apenas** de atletas que manifestaram o seu interesse de representação da Seleção Nacional preenchendo o documento PDI (Projeto Desportivo Individual)
- Cumprimento do tempo mínimo dos Testes Físicos (ver tabela)
- **Poderão ser convocados 3 atletas masculinos 3 atletas femininas, no máximo, e por escalão etário.**

NOTA: O número de atletas a convocar pode não atingir o número máximo previsto, dependendo das prestações dos atletas nas respetivas provas de observação/apuramento, bem como dos restantes critérios de seleção estabelecidos.

- 2 (dois) melhores atletas no somatório das pontuações das Provas de Seleção* (Testes Físicos, Sprint, Média e Longa)
- 1 (um) atleta por decisão técnica**

Será aplicada a fórmula **Pontuação = Tempo vencedor / Tempo atleta x 100** para definição da pontuação de cada atleta em cada evento (Testes Físicos, Média e Longa) (arredondamento a 2 casas decimais) (**1º lugar = 100pts.**)

***)** caso algum atleta obtenha **abaixo de 90 (noventa) pontos na média aritmética dos 3 (três) eventos**, a comissão técnica reserva-se no direito de poder atribuir esta vaga a outro atleta, ou mesmo, não completar a totalidade de vagas disponível

****)** devidamente justificado pelos técnicos responsáveis

Testes Físicos

- Para todos os atletas interessados (que preencheram o PDI), no dia **29 de agosto** na pista de atletismo do estádio municipal da Marinha Grande a partir das 9h

- Tempos mínimos de acordo com a tabela anterior referente ao documento Critérios de Seleção 2020

TESTES FÍSICOS (3K) Juniores	
Homens	Mulheres
10'10"	12'30"
TESTES FÍSICOS (3K) Cadetes	
Homens	Mulheres
10'20"	12'40"
TESTES FÍSICOS (2K) Juvenil	
Homens	Mulheres
7'00"	8'30"

Relativamente às Seleções Jovens importa reforçar que se mantém todos os critérios aprovados aquando da apresentação do Plano de Alto Rendimento 2020.

Atletas a convocar Jovens e Juniores (Testes Físicos)

Homens	Mulheres
6164 Rodrigo Lima	5611 Inês Soares
6377 Gabriel Vilaça	6208 Patrícia Rosa
6414 Miguel Manso	6413 Leonor Ferreira
6453 Dinis Kaiseller#	6402 Nadine Silva
5074 Rodrigo Oliveira	6447 Matilde Ribeiro
5737 Vasco Mendes	6488 Inês Augusto
6053 Pedro Lagarto	5811 Ana Nunes
3976 Tomás Lima	6400 Daniela Faria#
5488 André Henriques	6320 Mariana São Bento
5510 Pedro Barbosa Silva	5880 Alexandra Serra Campos
6201 José P.Fernandes	6482 Ana Silva
6210 Pedro Viana#	
5601 João Vieira#	
6349 Ricardo Quintas	
6335 Fábio Batista	
6585 Diogo Rocha#	
6227 Tiago Gomes	
6287 Afonso Ferreira	

#Estes atletas para poderem ir fazer testes físicos têm que fazer o Exame médico desportivo até dia 28 de agosto.

Provas de Seleção (Jovem, Júnior e Sénior) 05 a 06 de setembro

Provas de Seleção		
5 de setembro (manhã)	Distância Média	Palheirão
5 de setembro (tarde)	Sprint	Praia de Mira
6 de setembro	Distância Longa	Quiaios

Inscrições:

Para participar nas Provas de Seleção irá ser obrigatório a sua inscrição na plataforma OriOasis de 31 de agosto a 03 de setembro.

Mapas

	Nome	Escala	Equidistância
Média	Palheirão	1:10000	2,5 m
Sprint	Praia de Mira	1:4000	2.5m
Longa	Quiaios	1:15000	2,5 m

Informação Técnica

Distância Média - Palheirão			
Escalão	Distância (m)	Controlos	Desnível (m)
M20 / ME	5940m	22	120m
W20 / WE	5100m	18	100m
M18	5100m	15	90m
M16 / W18	4530m	15	85m
W16	3600m	13	60m

Mapa: Dunas da Tocha (Palheirão) - 2019

Escala - 1:10 000

Equidistância: 2,5m

Cartógrafos: Rui Antunes e José Baptista

Traçador de percursos: Pedro Nogueira

Descrição: terreno típico de dunas costeiras portuguesas, cuja floresta é constituída por pinhal com bastantes detalhes de relevo em algumas zonas, alternando com outras praticamente planas onde a utilização da bússola se torna imprescindível.

Fruto de trabalhos de limpeza da floresta, o terreno apresenta-se com duas zonas distintas: uma zona totalmente limpa cuja visibilidade e progressão se fazem a 100%; e uma zona com bastantes detalhes de relevo e vegetação onde será necessário uma leitura detalhada e precisa do mapa, e onde a velocidade de corrida/progressão e a visibilidade são reduzidas.

Mapa de aquecimento: fornecido no dia

Distância da concentração à partida: 575m (local indicado no mapa de aquecimento)

Distância Longa - Quiaios			
Escalão	Distância (m)	Controlos	Desnível (m)
ME	15300m	25	375m
WE	10400m	20	285m
M20	10300m	19	260m
W20	7700m	15	170m
M18	8200m	14	170m
W18	7200m	14	150m
M16	7200m	14	140m
W16	6000m	11	110m

Mapa: Quiaios (2019)

Escala - 1:15 000

Equidistância: 2,5m

Cartógrafos: Alexandre Reis

Traçador de percursos: José Fernandes

Descrição: terreno típico de dunas costeiras portuguesas, cuja floresta é constituída por pinhal com bastantes detalhes de relevo em algumas zonas, alternando com outras praticamente planas onde a utilização da bússola se torna imprescindível.

Fruto de trabalhos de limpeza da floresta, o terreno apresenta-se com duas zonas distintas: uma zona totalmente limpa cuja visibilidade e progressão se fazem a 100%; e uma zona com bastantes detalhes de relevo e vegetação onde será necessário uma leitura detalhada e precisa do mapa, e onde a velocidade de corrida/progressão e a visibilidade são reduzidas.

Distância da concentração à partida: 130m

Informação Adicional: existirão pontos de água

Sprint

Mapa: Praia de Mira (2014)

Escala: 1:4000

Equidistância: 2,5m

Cartógrafo: Rafael Miguel

Traçador de percursos: Rafael Lima

Descrição: Área urbana constituída por duas zonas distintas, sendo uma zona constituída por ruas muito estreitas e outra por ruas muito geométricas.