

# Esclarecimentos - Mega Sprinter 2018



Esclarecimento sobre o Protocolo do Lançamento do Peso

Mega Sprinter 2018.

Errata - Correção dos escalões do Documento Orientador 2018

## Esclarecimento sobre o Protocolo do Lançamento do Peso - Mega Sprinter 2018.

Com o objetivo de esclarecer aspetos ligados à técnica de execução permitida para o lançamento do peso (Mega Lançamento) na competição MEGA SPRINT e consequentes comportamento/decisões de ajuizamento e arbitragem, fazemos a seguinte reflexão/informação:

- **Princípio Fundamental** - O lançamento do peso é na sua génese um movimento de empurrar e não de puxar.

Então consideramos importante acrescentar os seguintes aspetos:

1. O lançamento inicia-se a partir da posição de força, a qual é definida pelo momento/situação de duplo apoio. O posicionamento do tronco e cabeça do lançador não são critério que determine a posição de duplo apoio.
2. Após a colocação do peso em contato com o pescoço, o engenho não pode passar (em momento algum do ato de lançamento), para trás do plano definido pela linha de ombros do lado lançador e a parte posterior da cabeça do lançador.

3. O deslocamento dos apoios do lançador (após aquisição da posição de força e na continuidade da extensão das pernas/membros inferiores e do braço lançador, no sentido do lançamento e na continuidade deste), não podem ser considerados fase de balanço mas sim de propulsão (aplicação de força para empurrar o engenho) e ou de equilíbrio, pelo que caso existam não podem ser critério de anulação do lançamento.

- Resumindo: o aluno/atleta pode levantar do chão o pé de trás, após ou durante o lançamento. Não pode levantar os dois pés após ou durante o lançamento.

### Correção dos escalões do Documento Orientador 2018

No quadro dos escalões etários para os participantes do Mega Sprinter para este ano letivo, onde se lia “Infantis A - 2007 a 2008, deve ler-se 2007 a 2009”.

Apresenta-se o quadro corrigido.

ESCALÃO ETÁRIO	ANO DE NASCIMENTO
INFANTIS A	2007 A 2009
INFANTIS B	2005 E 2006
INICIADOS	2003 E 2004
JUVENIS	2000 A 2002
JUNIORES SÓ FASE ESCOLA	1996 A 1999