**Salto em Altura**

Sabes quanto é preciso saltar para ir ao Campeonato do Mundo de Atletismo?

Existem requisitos mínimos para que os atletas consigam ir aos Campeonatos do Mundo de Atletismo. Na disciplina do salto em altura os atletas têm de conseguir saltar alturas mínimas, sendo que o escalão masculino tem de saltar pelo menos 2,30 metros e o escalão feminino 1,94 metros.

Modalidade

O salto altura consiste em superar uma fasquia colocada horizontalmente a uma determinada altura através de uma corrida de balanço antes do salto, sem o auxílio de qualquer objeto. Durante a realização do salto, os atletas podem tocar na fasquia e ter o seu salto validado, desde que não implique o derrube da fasquia durante a execução do mesmo.

Os atletas do salto em altura dispõem de três tentativas para avançar para a altura seguinte, apesar de poderem abdicar de uma determinada altura para poderem saltar a altura seguinte. Em cada eliminatória a fasquia é elevada mais dois centímetros

No salto em altura feminino em Portugal, o recorde nacional é partilhado por duas atletas, Sónia Carvalho e Naide Gomes, que detêm a marca de 1.88 metros

A técnica mais utilizada na atualidade pelos atletas, que implica ultrapassar a fasquia de costas para a mesma, só foi iniciada a partir dos Jogos Olímpicos em 1968. O norte-americano Dick Fosbury foi o primeiro atleta a utilizar esta técnica, o que lhe valeu uma medalha de ouro nos jogos.

|  |
| --- |
| **Salto em altura** |
| **Escalão** | **Nome do Atleta** | **País de origem** | **Recorde** | **Local** | **Data do Recorde** |
| **Masculino** | Javier SOTOMAYOR | Cuba | 2.45 | Salamanca (Helmántico) | 27/07/1993 |
| **Feminino** | Stefka KOSTADINOVA | Bulgária | 2.09 | Roma (Stadio Olimpico) | 30/08/1987 |

O atleta romeno Iolanda Balas da disciplina de salto em altura conquistou 150 competições consecutivas durante 10 anos, entre os anos de 1957 e 1967. O romeno durante este período, estabeleceu 14 recordes do mundo com uma técnica, não muito vista nos dias de hoje, chamada de técnica de tesoura.