



# ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE SETÚBAL

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA | PESSOA COLETIVA Nº 501 408 657

FUNDADA EM 18 DE OUTUBRO DE 1983

Av. Seixaliada - Complexo Municipal Carla Sacramento - Cruz de Pau - 2845 - 618 - Amora



+351 913 231 824  
+351 211 646 294



www.asasetubal.pt



asas@net.vodafone.pt

COMUNICADO Nº 1/2025-2026

Seixal, 06/10/2025

**Competição:** TAÇA REGIONAL SUB12 + EXTRAS SUB14

**Local:** CMACS - Seixal

**Data:** 19/10/2025

**Organização:** Associação de Atletismo de Setúbal

**Apoio:** Câmara Municipal de Seixal

## PROGRAMA – HORÁRIO

DATA: Domingo – 19/10/2025

Camara chamada	Entrada em pista	Hora da prova	Prova	Escalões	Género	obs
8:20	8:30	9:00	Peso 2kg	Sub12	F	taça
8:20	8:30	9:00	Peso 2kg	Sub12	M	taça
8:55	9:05	9:15	60	Sub14	F	extra
9:10	9:20	9:30	60	Sub14	M	extra
9:25	9:35	9:45	50	Sub12	M	taça
9:40	9:50	10:00	50	Sub12	F	taça
9:40	9:50	10:20	compr	Sub14	F	extra
9:40	9:50	10:20	compr	Sub14	M	extra
10:00	10:10	10:20	150	Sub12	F	taça
10:20	10:30	10:40	150	Sub12	M	taça
10:40	10:50	11:00	150	Sub14	F	extra
11:00	11:10	11:20	150	Sub14	M	extra
11:20	11:30	11:40	600	Sub14	F	extra
11:00	11:10	11:40	Triplo step	Sub12	F	taça
11:00	11:10	11:40	Triplo step	Sub12	M	taça
11:40	11:50	12:00	600	Sub14	M	extra

## REGULAMENTO

### PARTICIPAÇÃO

- Só podem participar atletas federados dos Escalões de sub12 e sub14
- Os atletas federados das ARs de Évora, Portalegre, Castelo Branco, Santarém e Beja, podem participar extra competição.
- Os atletas federados, de outras Associações Regionais, podem participar extra competição, devendo para o efeito proceder em conformidade com o previsto na Circular nº02 – 2024/2025, atualizada a 04/04/2025.

Os atletas **sub14** poderão, no máximo, participar em duas (2) provas.

- Nos saltos horizontais e nos lançamentos cada atleta **sub14** pode realizar 3 ensaios e os oito finalistas podem realizar mais 3 ensaios.
- Aos atletas do escalão de **Sub-14** não é permitida a participação, no mesmo dia, em mais do que uma prova de distância igual ou superior a 150m, podendo, no entanto, participar noutras provas (concursos ou corridas, incluindo qualquer percurso em estafetas), desde que respeitando o definido na alínea seguinte: 18 a) do RGC.

- Os atletas do escalão de **Sub-14** que participem em provas de distância igual ou superior a 600m não podem, posteriormente no mesmo dia, participar noutras provas de corrida ou de marcha, sendo esta limitação extensiva às provas de estafetas.

Os atletas **sub12** poderão, no máximo, participar em três (3) provas.

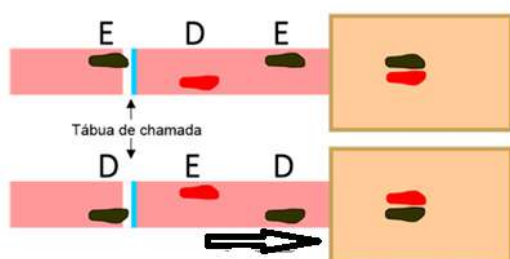
- Nos saltos horizontais cada atleta **sub12** pode realizar 3 ensaios.

#### IMPORTANTE

- Conforme mencionado no Regulamento da **Taça Regional sub12**, a prova TRIPLO STEP é de participação obrigatória.
- A participação nesta prova implica a realização de três (3) ensaios.
- A não participação nesta prova implica que os atletas não serão classificados para a classificação geral da Taça Regional sub12, tanto individualmente como coletivamente.

#### CARACTERÍSTICAS DAS PROVAS

- A sucessão será alternando apoios: E + D + E + queda ou D + E + D + queda.



- Recomenda-se que haja uma linha (ou outra referência) de delimitação da corrida de balanço situada a 15m da "linha de chamada".
- As distâncias de referência para a "linha de chamada" serão entre 3 e 5m

#### INSCRIÇÃO

As inscrições, dos atletas devem ser feitas pelos clubes ou atletas individuais através da plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> impreterivelmente até às 23:59 horas da quinta-feira, dia 16/10/2025.

#### CONFIRMAÇÃO DAS INSCRIÇÕES

As confirmações serão realizadas on-line e estarão disponíveis entre as 18:00 horas do dia 17/10/25, Sexta-feira e noventa (90) minutos antes do início de cada prova, em <https://fpacompeticoes.pt/> sendo necessário que cada clube ou atleta faça o seu login para o efeito. Os atletas poderão também fazer a confirmação da sua prova através do seu número de documento de identificação.

Os clubes que ainda não possuem as credenciais de acesso a esta plataforma deverão enviar os seguintes dados: sigla, nome e email do responsável do clube, para: [fpacompeticoes@fpatletismo.pt](mailto:fpacompeticoes@fpatletismo.pt)

#### CASOS OMISSOS

Casos omissos serão resolvidos de acordo com o Manual Técnico da WA e Regulamento Geral de Competições.

#### IMPORTANTE

- Não são aceites inscrições ou confirmações de inscrições apos os prazos estipulados, conforme email enviado aos clubes no dia 02/10/2025.**
- Os atletas participantes em qualquer das provas, devem primeiro dirigir-se à camara de chamada, de onde serão encaminhados para os locais das suas provas (concursos e partidas das corridas ou marcha atlética).

Diretor de Competição	
Delegado Técnico	
Árbitro/Árbitros	

Departamento Técnico da As.A.S.