



# 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 23/2025-2026

Seixal, 26/05/2026

**Competição:** Campeonato Regional de Sub18  
**Local:** CMACS  
**Data:** 13 e 14 de junho de 2026  
**Organização:** Associação de Atletismo de Setúbal  
**Apoio:** Câmara Municipal do Seixal

## PROGRAMA – HORÁRIO

13/06/2026 – Sábado

Camara chamada até	Entrada em pista	Hora da prova	Prova	Escalões	Género	obs
14:50	15:00	15:30	Martelo 3kg	S16/S18	F	final
14:50	15:00	15:30	Martelo 4kg	S20/S23/senior	F	EXTRA
14:50	15:00	15:30	Dardo 700gr	S16/S18	M	final
14:50	15:00	15:30	Dardo 800gr	S20/S23/senior	M	EXTRA
14:50	15:00	15:30	Vara	S16/S18	M	final
15:10	15:20	15:30	100	S16/S18	M	eliminatória s
15:25	15:35	15:45	100	S16/S18	F	eliminatória s
15:40	15:50	16:00	1500	S16/S18	M	series
15:55	16:05	16:15	1500	S16/S18	F	series
16:10	16:20	16:30	400	S18	M	series
16:25	16:35	16:45	400	S18	F	series
16:10	16:20	16:50	Altura	S16/S18	F	final
16:10	16:20	16:50	Compr	S16/S18	M	final
16:10	16:20	16:50	Peso 5kg	S16/S18	M	final
16:10	16:20	16:50	Peso 6kg	S20	M	EXTRA
16:10	16:20	16:50	Peso 7kg	S23/senior	M	EXTRA
16:40	16:50	17:00	100	S16/S18	M	final
16:50	17:00	17:10	100	S16/S18	F	final
17:05	17:15	17:25	2000 obst 0.76	S18	F	series
17:25	17:35	17:45	2000 obst 0.84	S18	M	series
17:45	17:55	18:05	4x100	S16/S18	M	series
17:30	17:40	18:10	Triplo t.8	S16/S18	F	final
17:30	17:40	18:10	Disco 1kg	S16/S18	F	final
17:30	17:40	18:10	Disco 1kg	S20/S23/senior	F	EXTRA
18:00	18:10	18:20	4x100	S16/S18	F	series
18:15	18:25	18:35	5000 mx	S16/S18	M	1-4
18:15	18:25	18:35	5000 mx	S16/S18	F	5-6

14/06/2026 – Domingo

Camara chamada até	Entrada em pista	Hora da prova	Prova	Escalões	Género	obs
8:50	9:00	9:30	Martelo 5kg	S16/S18	M	final
8:50	9:00	9:30	Martelo 6kg	S20	M	EXTRA
8:50	9:00	9:30	Martelo 7kg	S23/senior	M	EXTRA
8:50	9:00	9:30	Compr	S16/S18	F	final
8:50	9:00	9:30	Peso 3kg	S16/S18	F	EXTRA
8:50	9:00	9:30	Peso 4kg	S20/S23/senior	F	EXTRA
9:10	9:20	9:30	3000	S16/S18	M	series
9:30	9:40	9:50	3000	S16/S18	F	series
9:50	10:00	10:10	110b 0.91	S16/S18	M	series
10:10	10:20	10:30	100b 0.76	S16/S18	F	series
10:25	10:35	10:45	800	S16/S18	M	series
10:10	10:20	10:50	Vara	S16/S18	F	final
10:10	10:20	10:50	Altura	S16/S18	M	final
10:10	10:20	10:50	Dardo 500gr	S16/S18	F	final
10:10	10:20	10:50	Dardo 600gr	S20/S23/senior	F	EXTRA
10:40	10:50	11:00	800	S16/S18	F	series
11:00	11:10	11:20	400b 0.91	S20/S23/Senior/Vet	M	EXTRA
11:15	11:25	11:35	400b 0.84	S18	M	series
11:30	11:40	11:50	400b 0.76	S18	F	series
11:40	11:50	12:00	400b 0.76	S20/S23/Senior/Vet	F	EXTRA
11:50	12:00	12:10	200	S16/S18	M	series
11:30	11:40	12:10	Triplo t.9	S16/S18	M	final
11:30	11:40	12:10	Disco 1.5kg	S16/S18	M	final
11:30	11:40	12:10	Disco 1.75kg	S20	M	EXTRA
11:30	11:40	12:10	Disco 2kg	S23/senior	M	EXTRA
12:00	12:10	12:20	200	S16/S18	F	Series
12:10	12:20	12:30	Medley	S16/S18	M	Series
12:20	12:30	12:40	Medley	S16/S18	F	Series

	Vara		Altura	
	Inicia	Progressão	Inicia	Progressão
M	2.10m	10 cm ate 2.50m, depois de 5 em 5cm	1.40m	5 cm ate 1.60m, depois de 3 em 3cm
F	2.10m	10 cm ate 2.40m, depois de 5 em 5cm	1.20m	5 cm ate 1.35m, depois de 3 em 3cm

**Estafeta “Medley” (100-200-300-400)**

Para facilitar a organização, sempre que não haja mais de 4 equipas em competição é permitido fazer a Estafeta Medley apenas com a 1ª transmissão em pistas separadas. Neste caso, os atletas partem nos locais de partida dos 200m e fazem a 1ª transmissão na zona de transmissão dos 4x100 metros, passando à corda na linha dos 90 metros (final da zona de transmissão). A transmissão do 2º para o 3º percurso será realizada na zona de transmissão dos 4x100m da pista 1 e seu prolongamento.

Havendo consenso pode aplicar-se o constante no Artigo 53 do RGC

**PARTICIPAÇÃO**

1. Só podem participar atletas federados dos Escalões indicados no programa horário.
2. Os atletas federados das ARs de Algarve, Évora, Portalegre, Castelo Branco, Santarém e Beja, podem participar extra competição.
3. Os atletas federados, de outras Associações Regionais, podem participar extra competição, devendo para o efeito proceder em conformidade com o previsto no Regulamento administrativo da AsAS/Set2025.

**CONCURSOS**

1. Todos os atletas participantes no CR têm direito a três (3) ensaios e os oito (8) finalistas a mais três (3) ensaios;
2. Nos concursos em que se apresentem mais de 8 atletas, os atletas extra competição apenas podem realizar 3 ensaios;

**Lançamentos - Extra**

3. Nos concursos do CRs18 em que se apresentem mais de 8 atletas, os atletas extra competição e participantes nas provas extra apenas podem realizar 3 ensaios;
4. Nos concursos do CRs18 em que o total dos atletas presentes seja inferior a 8, os atletas da AsAS participantes nas provas extra podem completar os lugares vagos até perfazer 8 participantes. Se ainda sobrares lugares, os mesmos podem ser ocupados pelos participantes extra competição, considerando-se apenas as marcas alcançadas.

**ORGANIZACAO DAS SERIES E ELIMINATORIAS**

1. As series e as eliminatórias serão realizadas em função dos atletas confirmados, independentemente da associação regional a que pertençam. Tendo em consideração apenas o registo pessoal de cada atleta.

**FORMA DE APURAMENTO PARA A FINAL DA PROVA DE 100MTS**

2. A definir em função do numero de participantes;
3. Os atletas extra competição não têm acesso a esta final;

**REGULAMENTO**

1. Aos atletas do escalão de **Sub-16** não é permitida a participação, no mesmo dia, em mais do que uma prova de distância igual ou superior a 300m, podendo, no entanto, participar noutras provas (concursos ou corridas, incluindo qualquer percurso em estafetas), desde que respeitando o definido na alínea seguinte: a) Os atletas do escalão de Sub-16 que participem em provas de distância igual ou superior a 800m não podem, posteriormente no mesmo dia, participar noutras provas de corrida ou de marcha, sendo esta limitação extensiva às provas de estafetas.
2. Aos atletas do escalão de **Sub-18** não é permitida a participação, no mesmo dia, em mais do que uma prova de distância igual ou superior a 300m, podendo, no entanto, participar noutras provas (concursos ou corridas, incluindo qualquer percurso em estafetas), desde que respeitando o definido na alínea seguinte: a) Os atletas do escalão de Sub-18 que participem em provas de distância igual ou superior a 1.500m não podem, posteriormente no mesmo dia, participar noutras provas de corrida ou de marcha, sendo esta limitação extensiva às provas de estafetas.
3. Cada atleta pode participar no máximo em 4 provas desde que distribuídas pelas duas jornadas e uma seja em estafeta, no máximo em duas provas por jornada;
4. O apuramento para a final de uma prova implica obrigatoriamente a participação nessa final. Assim, qualquer atleta que tenha sido apurado para uma final e que não compareça sem justificação prévia e válida, será automaticamente excluído da competição.

**CLASSIFICACAO INDIVIDUAL**

1. Haverá classificação individual;

**CLASSIFICACAO COLETIVA**

1. Haverá classificação coletiva.
2. Cada clube pode inscrever um número ilimitado de atletas por prova. No entanto apenas os três melhores classificados serão considerados para efeitos de classificação coletiva.
3. Serão elaboradas classificações individuais e coletivas, sendo as classificações coletivas elaboradas de acordo com o seguinte esquema de pontuação em cada prova: 8-7-6-5-4-3-2-1.
4. Os desempates nas classificações coletivas serão feitos a favor dos clubes que obtiverem mais primeiros lugares no conjunto das provas do programa. Se o empate subsistir, aplicar-se-á o mesmo critério em relação aos segundos lugares e assim sucessivamente.

**PREMIOS**

1. Medalhas aos três primeiros classificados de cada prova;
2. Taças às três primeiras equipas Masc. e Femn.;

**INSCRIÇÃO**

*As inscrições, dos atletas participantes no CReg. e dos atletas extra competição, devem ser feitas pelos clubes ou atletas individuais através da plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> impreterivelmente até as 23:59 horas da quarta-feira, dia 10/06/2026.*

*O participante, ao proceder à inscrição nesta competição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, dos direitos de utilização da sua imagem captada em filmagens ou fotografias que terão lugar durante o evento, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais da competição.*

**CONFIRMAÇÃO DAS INSCRIÇÕES**

*As confirmações serão realizadas on-line e estarão disponíveis entre as 18:00 horas do dia 12/06/2026, Sexta-feira e 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 correio electrónico 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 após 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).*

*Pel'O Departamento Técnico  
da As.A.S.*