



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE SETÚBAL

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

FUNDADA EM 18 DE OUTUBRO DE 1983

RUA JOSÉ PEDRO DA SILVA, Nº. 11 - R/C - ESQ.

PESSOA COLECTIVA N.º 501 408 657

TELEFONE 265 234 292 - 913 231 824 - www.asasetubal.pt - Email: asas@net.vodafone.pt - 2910-575 SETÚBAL

COMUNICADO Nº 03/2023

Setúbal, 29/12/2022

COMPETIÇÃO: CAMPEONATO REGIONAL DE INVERNO EM ABSOLUTOS + PROVAS EXTRAS

LOCAL: Pista Municipal Alberto Chaiça

DATA: 07 e 08 de Janeiro de 2023

ORGANIZAÇÃO: Associação de Atletismo de Setúbal

APOIO: Câmara Municipal de Almada

Introdução – Importante

Em virtude de não ser possível realizar todas as provas do programa do Campeonato Regional de Inverno em Absolutos, nomeadamente 400m, 800m, 1500m, 3000m, 3000m mx e 5000m mx, as mesmas são adiadas para data e local a definir oportunamente.

No entanto a participação dos atletas nesta competição deve ter em consideração que:

“Cada atleta pode participar em três (3) provas, no máximo de duas (2) por jornada, incluindo provas extra” considerando que as provas acima mencionadas fazem parte integrante da primeira ou da segunda jornada, como se menciona no programa horário.

PROGRAMA – HORÁRIO – 07 de janeiro - Sábado

Camara chamada até	Entrada em pista	Hora da prova	Prova	Escalões	Género	obs
14:20	14:30	15:00	vara	Absolutos	femn	
14:20	14:30	15:00	triplo	Absolutos	masc	t.11m
14:40	14:50	15:00	60	Absolutos	masc	elim
14:55	15:05	15:15	60	Absolutos	femn	elim
15:10	15:20	15:30	150	iniciados	masc	extra
15:30	15:40	15:50	150	iniciados	femn	extra
15:30	15:40	16:10	altura	Absolutos	femn	
15:30	15:40	16:10	peso	Absolutos	femn	
15:55	16:05	16:15	60	Absolutos	masc	Final B
16:05	16:15	16:25	60	Absolutos	femn	Final B
16:15	16:25	16:35	60	Absolutos	masc	Final A
16:25	16:35	16:45	60	Absolutos	femn	Final A
16:40	16:50	17:20	compr	Absolutos	femn	

Da 1ª Jornada também fazem parte as seguintes provas:

400 Absolutos masc
400 Absolutos femn
1500 Absolutos masc
1500 Absolutos femn
5000 mx Absolutos masc
3000 mx Absolutos femn

	Vara		Altura	
	Inicia	Progressão	Inicia	Progressão
Absolutos Masc	2.20m	15cm ate 2.95m, 10cm ate 3.55m, depois 5cm	1.40m	5 cm ate 1.65m, depois de 3 em 3cm
Absolutos Femn	1.80m	15cm ate 2.25m, 10cm ate 2.55m, depois 5cm	1.15m	5 cm ate 1.30m, depois de 3 em 3cm

PROGRAMA – HORÁRIO – 08 de janeiro - Domingo

Camara chamada até	Entrada em pista	Hora da prova	Prova	Escalões	Género	obs
08:50	09:00	09:30	vara	Absolutos	masc	
08:50	09:00	09:30	triplo	Absolutos	femn	t.9m
09:10	09:20	09:30	60barr	Absolutos	masc	elim
09:20	09:30	09:40	60barr	Júnior/M35-40-45	masc	extra
09:30	09:40	09:50	60barr	Juvenil	masc	extra
09:40	09:50	10:00	60barr	iniciados	masc	extra
09:50	10:00	10:10	60barr	Absolutos	femn	elim
10:00	10:10	10:20	60barr	juvenil	femn	extra
10:10	10:20	10:30	60barr	iniciados	femn	extra
10:20	10:30	10:40	150	Absolutos	masc	extra
10:00	10:10	10:40	peso	Absolutos	masc	7kg
10:00	10:10	10:40	altura	Absolutos	masc	
10:30	10:40	10:50	150	Absolutos	femn	extra
10:50	11:00	11:10	60	iniciados	masc	extra
11:05	11:15	11:25	60	iniciados	femn	extra
11:20	11:30	11:40	60barr1.06	Absolutos	masc	final
11:30	11:40	11:50	60barr0.84	Absolutos	femn	final
11:10	11:20	11:50	compr	Absolutos	masc	

Da 2ª Jornada também fazem parte as seguintes provas:

800 Absolutos masc
800 Absolutos femn
3000 Absolutos masc
3000 Absolutos femn

60b	M Abs	F Abs	Inic M	Inic F	Juv M	Juv F	Jun M
altura	1.06	0.84	0.84	0.76	0.91	0.76	1.00
nr barr	5	5	5	6	6	5	5
dist 1a	13.72	13	13	12	13.72	13	13.72
entre barr	9.14	8.50	8.50	8.00	9.14	8.50	9.14
dist meta	9.72	13	13	8.00	9.72	13	9.72

Os atletas federados, de outras Associações Regionais, podem participar extracompetição, devendo para o efeito proceder em conformidade com o previsto no **circular n°03/2023 da As.A.S. datada a 02/11/2022.**

REGULAMENTO

PARTICIPAÇÃO

- Só podem participar atletas federados dos Escalões JUV. /JUN. /SUB23./SEN./ VET.
- Atletas do escalão juvenil filiados em outras AARR não podem participar.
- Cada atleta pode participar em três (3) provas, no máximo de duas (2) por jornada, incluindo provas extra.
- As series das eliminatórias das provas de 60 mts serão elaboradas em função das marcas e dos atletas confirmados, independentemente do escalão ou da AARR a que os atletas pertencam.
- Os atletas de outras AARR não têm acesso às finais (final B dos 60 mts incluída).
- Todas as outras corridas serão disputadas por series. As mesmas são elaboradas em função das marcas e dos atletas confirmados, independentemente do escalão ou da AARR a que os atletas pertencam.
- Os atletas do escalão juvenil podem participar em todas as provas exceto no lançamento do peso.
- Os atletas do escalão juvenil que participem em corridas ou provas de marcha de distância igual ou superior a 300 metros, não poderão participar posteriormente nessa jornada noutra corrida, prova de marcha ou concurso. No caso de um atleta participar na eliminatória de uma prova de corrida ou concurso, que se realize antes da corrida ou prova de marcha de distância igual ou superior a 300 metros em que participe, não poderá participar nos ensaios que ainda faltarem no concurso ou na final que se realizem após esta prova.
- Os atletas do escalão Júnior que participem em corridas ou provas de marcha de distância igual ou superior a 1.500 metros, não poderão participar noutra corrida ou prova de marcha nessa jornada, independentemente da ordem de participação nessas provas.

CONCURSOS

- Cada atleta terá direito a 3 ensaios e os oito finalistas a mais 3 ensaios.

CLASSIFICAÇÃO

- Haverá classificação individual, atribuindo-se o título de Campeão Regional ao vencedor de cada prova;

PREMIOS

- Medalhas aos três primeiros classificados de cada prova;

INSCRIÇÃO

As inscrições, dos atletas devem ser feitas pelos clubes ou atletas individuais através da plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> impreterivelmente até as 23:59 horas da quinta-feira, dia 05 de Janeiro.

CONFIRMAÇÃO DAS INSCRIÇÕES

As confirmações serão realizadas on-line e estarão disponíveis entre as 18:00 horas do dia 06 de Janeiro, 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

CASOS OMISSOS

- Casos omissos serão resolvidos de acordo com o Manual Técnico da WA, Regulamento Geral de Competições e Regulamento Geral de Competições para Jovens da FPA.

IMPORTANTE

- Não são aceites inscrições ou confirmações de inscrições apos os prazos estipulados.
- 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	

Pe'l'O Departamento Técnico
da As.A.S.