



# 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 07/2024

Setúbal, 04/04/2024

## COMPETIÇÃO: CAMPEONATO REGIONAL DE INVERNO EM ABSOLUTOS

**LOCAL:** Complexo Municipal de Atletismo de Setúbal

**DATA:** 13 e 14 de Janeiro de 2024

**ORGANIZAÇÃO:** Associação Atletismo Setúbal

**APOIO:** Câmara Municipal de Setúbal

### PROGRAMA – HORÁRIO – 13 de janeiro – Sábado

Camara chamada até	Entrada em pista	Hora da prova	Prova	Escalões	Género	obs
14:20	14:30	15:00	Vara	Absolutos	MASC	
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	400	Absolutos	MASC	
15:25	15:35	15:45	400	Absolutos	FEMN	
15:40	15:50	16:00	1.500	Absolutos	MASC	
15:30	15:40	16:10	Altura	Absolutos	FEMN	
15:30	15:40	16:10	Peso	Absolutos	FEMN	(4 Kg)
15:55	16:05	16:15	1.500	Absolutos	FEMN	
16:10	16:20	16:30	60	Absolutos	MASC	Final
16:25	16:35	16:45	60	Absolutos	FEMN	Final
16:45	16:55	17:05	5.000 Marcha	Absolutos	MASC	Pista 1 - 4
16:45	16:55	17:05	3.000 Marcha	Absolutos	FEMN	Pista 5 - 8
16:40	16:50	17:20	Comprimeto	Absolutos	FEMN	

### PROGRAMA – HORÁRIO – 14 de janeiro – Domingo

Camara chamada até	Entrada em pista	Hora da prova	Prova	Escalões	Género	obs
08:50	09:00	09:30	Vara	Absolutos	FEMN	
08:50	09:00	09:30	Triplo	Absolutos	FEMN	(T.9m)
09:10	09:20	09:30	60 Barreiras (1.06)	Absolutos	MASC	
<b>09:25</b>	<b>09:35</b>	<b>09:45</b>	<b>60 Barreiras (1.00)</b>	<b>Júnior/M35-40-45</b>	<b>MASC</b>	<b>extra</b>
09:40	09:50	10:00	60 Barreiras (0.84)	Absolutos	FEMN	
09:55	10:05	10:15	800	Absolutos	MASC	
10:10	10:20	10:30	800	Absolutos	FEMN	
10:00	10:10	10:40	Peso	Absolutos	MASC	(7kg)
10:00	10:10	10:40	Altura	Absolutos	MASC	
10:25	10:35	10:45	3.000	Absolutos	MASC	
10:40	10:50	11:00	3.000	Absolutos	FEMN	
<b>10:55</b>	<b>11:05</b>	<b>11:15</b>	<b>200</b>	<b>Absolutos</b>	<b>MASC</b>	<b>extra</b>
<b>11:10</b>	<b>11:20</b>	<b>11:30</b>	<b>200</b>	<b>Absolutos</b>	<b>FEMN</b>	<b>extra</b>
<b>11:10</b>	<b>11:20</b>	<b>11:50</b>	<b>Triplo</b>	<b>Inic/juv/vet</b>	<b>MASC</b>	<b>extra (T.9m)</b>
<b>11:10</b>	<b>11:20</b>	<b>11:50</b>	<b>Triplo</b>	<b>Inic/juv/vet</b>	<b>FEMN</b>	<b>extra (T.8m)</b>
11:10	11:20	11:50	Comprimeto	Absolutos	MASC	

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

## REGULAMENTO

### PARTICIPAÇÃO

- Os atletas federados, de outras Associações Regionais, podem participar extracompetição, devendo para o efeito proceder em conformidade com o previsto na **circular nº03/2023 da As.A.S. datada a 02/11/2022**. Os atletas filiados na AAL devem consultar a **circular nº02/2024 da As.A.S. datada a 25/10/2023**.
- Só podem participar atletas federados dos Escalões JUV. /JUN. /SUB23./SEN./ VET.
- Cada atleta pode participar 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 pertençam.
- Os atletas de outras AARR não têm acesso às finais das provas de 60 mts.
- 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 pertençam.
- Os atletas do escalão juvenil masculino podem participar em todas as provas exceto no lançamento do peso.
- Aos atletas do escalão juvenil não é permitida a participação, no mesmo dia em mais do que uma prova individual de corrida ou marcha de distância igual ou superior a 300 metros.
- Aos atletas do escalão Júnior não é permitida a participação, no mesmo dia em mais do que uma prova individual de corrida ou marcha de distância igual ou superior a 400 metros.

### CONCURSOS

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

### CLASSIFICACAO

- 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 ate as 23:59 horas da quinta-feira, dia 11/01/2024.

### **CONFIRMAÇÃO DAS INSCRIÇÕES**

As confirmações serão realizadas on-line e estarão disponíveis entre as 18:00 horas do dia 12/01/2024, 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, Regulamento Geral de Competições e Regulamento Geral de Competições para Jovens da FPA.

### **IMPORTANTE**

- Não são aceites inscrições ou confirmações de inscrições após 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).

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