



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 - FAX 265 523 436 - www.setubal-asas.com.pt - Email: asas@net.vodafone.pt - 2910-575 SETÚBAL

COMUNICADO Nº 08/2022

Setúbal, 03/12/2021

COMPETIÇÃO: PROVAS DE PREPARAÇÃO

LOCAL: Pista Municipal de Atletismo da Sobreda - Almada

DATA: 12 de Dezembro de 2021

ORGANIZAÇÃO: Associação de Atletismo de Setúbal

APOIO: Câmara Municipal de Almada

PROGRAMA – HORÁRIO

CAMARA CHAMADA	ENTRADA EM PISTA	HORA DA PROVA	PROVA	ESCALÕES	GÉNERO	OBS
08:20	08:30	09:00	Vara	JUV/JUN/SUB23/SEN/VET	FEM	
08:20	08:30	09:00	Vara	INIC	FEM	
08:20	08:30	09:00	Vara	INIC	MASC	
08:20	08:30	09:00	Altura	JUV/JUN/SUB23/SEN/VET	MASC	
08:20	08:30	09:00	Triplo	JUV/JUN/SUB23/SEN/VET	FEM	T. 9
08:40	08:50	09:00	60/Barreiras (1.06)	SUB23/SEN	MASC	
09:00	09:10	09:20	60/Barreiras (1.00)	JUN/M35/40/45	MASC	
09:20	09:30	09:40	60/Barreiras (0.91)	JUV/M50/55+	MASC	
09:40	09:50	10:00	60/Barreiras (0.84)	JUN/SUB23/SEN/F35	FEM	
09:50	10:00	10:10	60/Barreiras (0.84)	INIC	MASC	
09:50	10:00	10:30	Comprimento	JUV/JUN/SUB23/SEN/VET	MASC	
10:00	10:10	10:30	60/Barreiras (0.76)	INIC/JUV/F40+	FEM	
09:50	10:00	10:30	Peso	JUV/M60+	MASC	5 kg
09:50	10:00	10:30	Peso	JUN/M50/55/45	MASC	6 kg
09:50	10:00	10:30	Peso	SUB23/SEN/M35/40/45	MASC	7 kg
10:20	10:30	10:40	800 M.	JUV/JUN/SUB23/SEN/VET	MASC	
10:30	10:40	10:50	800 M.	JUV/JUN/SUB23/SEN/VET	FEM	
10:40	10:50	11:00	3.000 M.	JUV/JUN/SUB23/SEN/VET	MASC	
10:50	11:20	11:30	3.000 M.	JUV/JUN/SUB23/SEN/VET	FEM	

	Vara		Altura	
	Inicia	Progressão	Inicia	Progressão
Juv/Jun/S23/Sen/Vet F Inic F Inic M	1.80m	15cm até 2.25m, 10cm até 2.55m, depois 5cm.		
Juv/Jun/S23/Sen/Vet M			1.40m	5cm até 1.65m, depois de 3 em 3cm.

Características das provas de Barreiras (as diferentes provas de 60barr para Vet não possuem todas, as características técnicas das provas dos escalões a que se destinam, sendo em vários casos provas que mais se aproximam dessas características técnicas):

MASC	INIC	JUV	JUN	S23	SEN	M35	M40	M45
60/Barreiras	x							
Altura	0.84	0.91	1.00	1.06	1.06	1.00	1.00	1.00
Nº Barr.	5	5	5	5	5	5	5	5
Dist. 1ª	13	13.72	13.72	13.72	13.72	13.72	13.72	13.72
Entre Barr.	8.50	9.14	9.14	9.14	9.14	9.14	9.14	9.14
Dist. Meta	13	9.72	9.72	14.02	14.02	9.72	9.72	9.72

FEM.	JUV	JUN	S23	SEN	F35
60/Barreiras	x	x	x	x	x
Altura	0.76	0.84	0.84	0.84	0.84
Nº Barr.	5	5	5	5	5
Dist. 1ª	13	13	13	13	13
Entre Barr.	8.50	8.50	8.50	8.50	8.50
Dist. Meta	13	13	13	13	13

REGULAMENTO

PARTICIPAÇÃO

- Só podem participar atletas federados dos Escalões de INIC./ JUV. / JUN. / SEN. / VET, de acordo com o programa horário.
- Os clubes filiados na AsAS ou em outras AARR, podem inscrever o máximo de 3 atletas Masc e 3 atletas Femn, em ambos os casos do escalão de Inic., nas provas de 60 mts barr.
- Cada atleta pode participar em duas provas.
- As series serão elaboradas em função das marcas e dos atletas confirmados, independentemente do escalão ou da associação regional a que os atletas pertençam.
- Os atletas JUV. / JUN. / SEN. / VET. que participem na prova de 800 mts não podem participar noutra corrida.

CONCURSOS

- Cada atleta terá direito a 4 ensaios.

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 5ªfeira, dia 09/Dezembro.

CONFIRMAÇÃO DAS INSCRIÇÕES

As confirmações serão realizadas on-line e estarão disponíveis entre as 18:00 horas de 6ª feira do dia 09/Dezembro, 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 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).

Diretor de Competição	
Delegado Técnico	
Árbitro/Árbitros	

Pel'O Departamento Técnico
da As.A.S.