



# ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE SETÚBAL

INSTITUTO DE UTILIDADE PÚBLICA | PESSOA COLETIVA N.º 501 408 657  
FUNDADA EM 18 DE OUTUBRO DE 1983

Avenida Seixaliada - Complexo Municipal de Atletismo Carla Sacramento - Cruz de Pau - 2845-547 - Seixal



+351 913 231 824  
+351 211 646 294



www.asasetubal.pt



asas@net.vodafone.pt

COMUNICADO N.º 13/2025

Seixal, 09/04/2025

**Competição:** **Olímpico Jovem Regional + provas extra**  
**Local:** **Pista Municipal Alberto Chaíça – Sobreda**  
**Data:** **03 e 04 de maio de 2025**  
**Organização:** **Associação de Atletismo de Setúbal**  
**Apoio:** **Camara Municipal de Almada**

**IMPORTANTE:** Esta competição, salvo motivo de força maior, serve para apurar os atletas sub16 e sub18 que irão representar a AsAS na Fase Nacional (regulamento em anexo). Tendo presente as limitações impostas pelo regulamento da Fase Nacional, os interesses dos atletas e da As.A.S.

## PROGRAMA – HORÁRIO

**Sábado – 03/05/2025**

Camara de chamada	Entrada em	Hora da	Prova	escalão	género
ate	pista	prova			
14:40	14:50	15:00	80 metros	Sub16	Masculinos
14:20	14:30	15:00	Martelo (4 kg)	Sub16	Masculinos
14:20	14:30	15:00	Altura	Sub16	Masculinos
14:20	14:30	15:00	Altura	Sub18	Femininos
14:20	14:30	15:00	Comprimento	Sub18	Masculinos
14:55	15:05	15:15	80 metros	Sub16	Femininos
15:10	15:20	15:30	400 barreiras	Sub20/S23/Sen/ Vet	Masculinos EXTRA
15:25	15:35	15:45	400 barreiras	Sub18	Masculinos
15:35	15:45	15:55	400m barreiras	Sub20/S23/Sen/ Vet	FemininoEXTRA
15:50	16:00	16:10	400m barreiras	Sub18	Femininos
15:40	15:50	16:20	Vara	Sub16	Femininos
15:40	15:50	16:20	Peso (3 Kg)	Sub18	Femininos
15:40	15:50	16:20	Dardo (600g)	Sub16	Masculinos
15:40	15:50	16:20	Dardo (500g)	Sub16	Femininos
16:05	16:15	16:25	300m Barreiras	Sub16	Masculinos
16:15	16:25	16:35	300m Barreiras	Sub16	Femininos
16:35	16:45	16:55	1.500 metros	Sub16	Masculinos
16:45	16:55	17:05	1.500 metros	Sub16	Femininos

16:55	17:05	17:15	1.500 metros	Sub18	Masculinos
17:05	17:15	17:25	1.500 metros	Sub18	Femininos
17:15	17:25	17:35	1.500m Obst	Sub16	Masculinos
17:00	17:10	17:40	Martelo (3 Kg)	Sub16	Femininos
17:00	17:10	17:40	Comprimento	Sub16	Femininos
17:00	17:10	17:40	Triplo T9m	Sub16	Masculino
17:25	17:35	17:45	1.500m Obst	Sub16	Femininos
17:40	17:50	18:00	5000 metros	Sub20/S23/Sen/ Vet	Masculinos EXTRA
17:55	18:05	18:20	5000 metros	Sub20/S23/Sen/ Vet	Femininos EXTRA

## Domingo – 04/05/2025

Camara de chamada ate	Entrada em pista	Hora da prova	Prova	escalão	género
08:20	08:30	09:00	Vara	Sub16	Masculinos
08:20	08:30	09:00	Disco (1 kg)	Sub16	Masculinos
08:20	08:30	09:00	Disco (750 gr)	Sub16	Femininos
08:40	08:50	09:00	4.000m Mx (p4 a 6)	Sub16	Masculinos
08:40	08:50	09:00	4.000m Mx (p1 a 3)	Sub16	Femininos
09:10	09:20	09:30	800 metros	Sub16	Masculinos
09:25	09:35	09:45	800 metros	Sub16	Femininos
09:40	09:50	10:00	100 metros	Sub18	Masculinos
09:55	10:05	10:15	100 metros	Sub18	Femininos
09:40	09:50	10:20	Altura	Sub16	Femininos
09:40	09:50	10:20	Comprimento	Sub16	Masculinos
09:40	09:50	10:20	Dardo (700gr)	Sub18	Masculinos
10:10	10:20	10:30	80m Barr	Sub16	Femininos
10:25	10:35	10:45	100m Barr	Sub16	Masculinos

10:40	10:50	11:00	300 metros	Sub16	Masculinos
10:55	11:05	11:15	300 metros	Sub16	Femininos
11:10	11:20	11:30	1500	Sub20/S23/Sen/Vet	Masculinos EXTRA
11:00	11:10	11:40	Peso (4kg)	Sub16	Masculinos
11:00	11:10	11:40	Triplo T8m	Sub16	Femininos
11:00	11:10	11:40	Peso (3 Kg)	Sub16	Femininos
11:25	11:35	11:45	1500	Sub20/S23/Sen/Vet	Femininos EXTRA
11:40	11:50	12:00	200	Sub20/S23/Sen/Vet	Masculinos EXTRA
11:55	12:05	12:15	200	Sub20/S23/Sen/Vet	Femininos EXTRA

### PARTICIPAÇÃO

- Só podem participar atletas federados dos Escalões mencionados no Programa Horário.
- Os atletas federados das AR de Évora, Portalegre, Castelo Branco, Santarém e Lisboa, 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 de 19/11/2024

### NORMAS REGULAMENTARES

- Cada atleta pode realizar o máximo de 4 provas, até 2 provas por jornada.
- Todas as corridas são por séries e as classificações individuais serão elaboradas em função dos tempos obtidos.
- As series serão elaboradas em função das marcas e dos atletas confirmados, independentemente da AARR a que os atletas pertençam.
- Os atletas do escalão sub16 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.
- Os atletas do escalão sub18 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.
- Cada atleta só pode competir no respetivo escalão.

### CONCURSOS

- **Salto em Altura:**

Em **Sub16 Masc**, a fasquia será colocada inicialmente a 1,25m – 1,30m - ... de 3 cm em 3 cm.

Em **Sub16 Femn**, a fasquia será colocada inicialmente a 1,10m – 1,15m – 1,20m - ... de 3 cm em 3 cm.

Em **Sub18 Femn**, a fasquia será colocada inicialmente a 1,15m - 1,20m – 1,25m – 1,30m - ... de 3 cm em 3 cm.

- **Salto com Vara:**

**Sub16 Femn:** a fasquia será colocada inicialmente a 1,80m. Subirá de 10cm em 10 cm até 2,10m. A partir daí subirá de 5 cm em 5 cm.

**Sub16 Masc:** a fasquia será colocada inicialmente a 1,80m. Subirá de 10cm em 10 cm até 2,10m. A partir daí subirá de 5 cm em 5 cm.

- **Lançamentos e saltos horizontais:**

Cada atleta realiza 4 ensaios.

#### **CLASSIFICAÇÕES/PREMIOS**

- Haverá Classificação Individual em cada prova.
- Atribuição de medalhas aos 3 primeiros classificados em cada prova do OJ – Fase Regional.

#### **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 01.05.2025.
- 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 02.05.2025, 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 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).