



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 17/2022

Setúbal, 02/02/2022

COMPETIÇÃO: CAMPEONATO REGIONAL DE INICIADOS – 4ª JORNADA

LOCAL: Pista Municipal de Atletismo da Sobreda - Almada

DATA: 13 de Fevereiro de 2022

ORGANIZAÇÃO: Associação de Atletismo de Setúbal

APOIO: Câmara Municipal de Almada

PROGRAMA – HORÁRIO

Domingo – 13/02/2022

Camara chamada	Entrada em pista	Hora da prova	Prova	Escalões	Género	obs
8:40	8.50	9:20	Altura	INIC	F	Colchão B
8:40	8.50	9:20	Altura	INIC	M	Colchão A
9:10	9:20	9:30	1.500 Metros	ABSOLUTOS	M	Extra
9:20	9:30	9:40	1.500 Metros	ABSOLUTOS	F	Extra
9:30	9:40	9:50	60 Metros	ABSOLUTOS	M	Extra
9:45	9:55	10:05	60 Metros	ABSOLUTOS	F	Extra
10:00	10:10	10:20	400 Metros	ABSOLUTOS	M	Extra
10:10	10:20	10:30	400 Metros	ABSOLUTOS	F	Extra
11:00	11:10	11:40	Disco (1 Kg)	INIC	M	
11:00	11:10	11:40	Disco (750 g.)	INIC	F	
11:20	11:30	11:40	1.500 Obstáculos	INIC	F	
11:30	11:40	11:50	1.500 Obstáculos	INIC	M	
12:05	12:15	12:25	250 Barreiras	INIC	M	
12:15	12:25	12:35	250 Barreiras	INIC	F	

REGULAMENTO

- Os atletas federados, de outras Associações Regionais, podem participar extracompetição. Cada atleta pode participar em duas provas individuais.
- Nos saltos horizontais e nos lançamentos cada atleta pode realizar 3 ensaios e os oito finalistas podem realizar mais 3 ensaios.
- Atletas extracompetição não têm acesso aos 3 ensaios finais.
- Os atletas que participem numa corrida ou prova de marcha de distância igual ou superior a 250m, não poderão participar em mais nenhuma corrida, prova de marcha ou concurso dessa jornada que se venha a realizar posteriormente, com exceção da estafeta de 4x80 metros, podendo participar noutras que se realizem antes.
- Quando o atleta estiver a participar num concurso que ainda não tenha terminado e se ausente para participar numa prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 250 metros, não poderá continuar a participar nesse concurso após a realização da corrida.
- As series das provas de 250 mts barr e 1500 obst serão elaboradas em função das marcas e dos atletas confirmados, independentemente do escalão ou da AARR a que os atletas pertençam.

ALTURA – PROGRESSAO DA FASQUIA

Genero	Inicia	Progressao
Masculino	1.15	1.15 - 1.20 - 1.25 - 1.30 - 1.35 - 1.38 ... de 3 em 3
Feminino	1.00	1.00 - 1.05 - 1.10 - 1.15 - 1.20 - 1.23 ... de 3 em 3

CARACTERISTICAS DAS PROVAS

1.500 metros obstáculos

- A partida para esta prova é feita na partida dos 1500 metros.
- Não haverá passagem pela vala de água.
- O número de obstáculos por volta é de quatro, sendo o número total de obstáculos de treze.
- A colocação dos obstáculos será feita de tal forma que os quatro obstáculos fiquem equidistantes uns dos outros, com uma distância de 100 metros entre eles.
- Os obstáculos são colocados aos 390 metros (10 metros à frente da meta, na marca do fim da zona de transmissão dos 4x400 metros), aos 290 metros (no fim da zona da 1ª transmissão dos 4x100 metros), aos 190 metros (no fim da zona da 2ª transmissão dos 4x100 metros) e aos 90 metros (no fim da zona da 3ª transmissão dos 4x100 metros).
- O 1º obstáculo está colocado aos 90 metros (no fim da zona da 3ª transmissão dos 4x100 metros), após 210 metros de corrida.
- A altura dos obstáculos é de 0,76 metros (masculinos e femininos).
- A prova tem a mesma regulamentação para o sector feminino e masculino.

250 Barreiras (A partida para esta prova coincide com as marcas da 4ª barreira dos 400 metros barreiras)

genero	Nr barr	altura	1a	Entre barr	meta
Masc	6	0.76	35	35	40
Femn	6	0.76	35	35	40

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 10/02/22.

CONFIRMAÇÃO DAS INSCRIÇÕES

As confirmações serão realizadas on-line e estarão disponíveis entre as 18:00 horas do dia 11/02/22, Sexta-feira e noventa (90) minutos antes do inicio 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

PARTICIPAÇÃO

- Só podem participar atletas federados do escalão de Iniciados.

PARTICIPAÇÃO NAS PROVAS EXTRA

- Nas provas extra podem participar atletas federados dos escalões: Juvenil, Júnior, Sub/23, Sénior e Veterano. A participação é interdita a atletas do escalão Juvenil filiados em outras AR.

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	

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