



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 22/2024

Setúbal, 22/04/2024

COMPETIÇÃO: CAMPEONATO REGIONAL DE 10.000 METROS (MASC. E FEM.) + PROVAS EXTRA

LOCAL: Pista Municipal de Atletismo Alberto Chaiça - Almada

DATA: 12 de Maio de 2024

ORGANIZAÇÃO: Associação de Atletismo de Setúbal

APOIO: Câmara Municipal de Almada

PROGRAMA – HORÁRIO

Domingo – 12 de maio de 2024

Camara chamada	Entrada em pista	Hora da prova	Prova	Escalões	Género	obs
8:40	8:50	9:00	100 Barreiras (0.84)	S16	M	Tetratlo Extra
8:55	9:05	9:15	80 M	S16	F	Tetratlo Extra
9:10	9:20	9:30	10.000 M	Todos	F	C.R. 10.000 M
8:50	9:00	9:30	Martelo (2 kg)	S14	F	Extra
		9:45	Comprimento	S16	M	Tetratlo Extra
		10:00	Peso (3 kg)	S16	F	Tetratlo Extra
10:20	10:30	10:40	10.000 Metros	Todos	M	C.R. 10.000 M
10:10	10:20	10:50	Martelo (3 kg)	S14	M	Extra
		10:55	Peso (4 kg)	S16	M	Tetratlo Extra
		11:10	Altura	S16	F	Tetratlo Extra
		12:05	1.000 M	S16	M	Tetratlo Extra
		12:20	800 M	S16	F	Tetratlo Extra

Salto em altura		
ESCALÃO	ALTURA INICIAL	PROGRESSÃO
S16	A definir	De 4 em 4 cm

- **TETRATLO** - À descrição do Árbitro de Provas Combinadas haverá, sempre que possível, um intervalo de pelo menos 30 minutos entre o fim de uma prova e o início da seguinte para cada atleta. O período mínimo de 30 minutos deve ser calculado como sendo o tempo real entre o final da última corrida ou ensaio para qualquer atleta no evento anterior até ao início da primeira corrida ou ensaio na prova seguinte. É portanto possível e não incomum que os atletas passem diretamente da conclusão de uma prova para o aquecimento da prova seguinte, de modo que os 30 minutos são utilizados no movimento de um local para outro e no aquecimento para a prova seguinte. **Considera-se que a “Hora da prova” é uma referência que pode ser alterada em função do anteriormente mencionado.**

REGULAMENTO

- 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**.

- **Concurso lançamento de Martelo:** Todos os atletas podem realizar 3 ensaios e os 8 finalistas podem realizar mais 3 ensaios. Os atletas de outras ARs não tem acesso à final.

PARTICIPAÇÃO

- Só podem participar atletas federados dos escalões indicados no programa-horário.

CLASSIFICACAO INDIVIDUAL

- Haverá classificação individual em ambos os géneros de acordo com os seguintes escalões: Júnior - Sub23 – Sénior - V35 – V40 – V45 – V50 –V55 – V60 –V65 – V70 – V75 – V80+.

PRÉMIOS

- Medalhas aos três primeiros classificados de cada escalão conforme mencionado em CLASSIFICACÃO INDIVIDUAL.

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 quarta-feira, dia 08/05/2024.**

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 10/05/2024, 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.

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 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).

Pel'O Departamento Técnico
da As.A.S.