



# 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 27/2022

(horário retificado)

Setúbal, 25/03/2022

**COMPETIÇÃO:** CAMPEONATO REGIONAL DE PROVAS COMBINADAS

**LOCAL:** Estádio Universitário de Lisboa – Pista 2

**DATA:** 09 e 10 de Abril de 2022

**ORGANIZAÇÃO:** Associação de Atletismo de Lisboa

## PROGRAMA – HORÁRIO

- ver **COMUNICADO COMP - 2021/2022 da AAL, em anexo;**

## **REGULAMENTO**

### PARTICIPAÇÃO

- Só podem participar atletas federados dos Escalões JUV. /JUN. /SUB23./SEN./ VET. (considera-se seniores e veteranos como escalão único);

### CLASSIFICACAO

- Haverá apenas classificação individual;

### PREMIOS

- Medalhas aos três primeiros classificados de cada prova: juvenil, júnior, sub23 e sénior/veterano (escalão único) em ambos os géneros;

### INSCRIÇÃO

- Conforme mencionado no **COMUNICADO COMP - 2021/2022 da AAL, em anexo;**

### CONFIRMAÇÃO DAS INSCRIÇÕES

- Conforme mencionado no **COMUNICADO COMP - 2021/2022 da AAL, em anexo;**

### CASOS OMISSOS

- Conforme mencionado no **COMUNICADO COMP - 2021/2022 da AAL, em anexo;**

## **IMPORTANTE**

- Os prémios serão entregues oportunamente durante a realização de uma competição organizada pela AsAS.

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



COMUNICADO COMP - 2021/2022  
**CAMPEONATO REGIONAL DE PROVAS  
COMBINADAS (AAL/AsAS/AAS)**  
Estádio Universitário de Lisboa – Pista 2

**PROGRAMA HORÁRIO**

Sábado – 09 de abril de 2022

CONFIRMAÇÃO	HORA PROVA	PROVA	GÉNERO	ESCALÃO	OBSERVAÇÕES
14:00	15:00	100m	Juv/Jun/Sen	M	Decatlo
14:15	15:15	100m B (0,84)	Jun/Sen	F	Heptatlo
14:30	15:30	100m B (0,76)	Juv	F	Heptatlo
	15:30	COMPRIMENTO	Juv/Jun/Sen	M	Decatlo
	16:00	ALTURA	Juv/Jun/Sen	F	Heptatlo
	16:40	PESO	Juv/Jun/Sen	M	Decatlo
	17:15	PESO	Juv/Jun/Sen	F	Heptatlo
	17:30	ALTURA	Juv/Jun/Sen	M	Decatlo
	18:15	200m	Juv/Jun/Sen	F	Heptatlo
	18:25	400m	Juv/Jun/Sen	M	Decatlo

Domingo – 10 de abril de 2022

CONFIRMAÇÃO	HORA PROVA	PROVA	GÉNERO	ESCALÃO	OBSERVAÇÕES
08:00	09:00	110m B (0,91)	Juv	M	Decatlo
08:20	09:10	110m B (1,00)	Jun	M	Decatlo
08:40	09:20	110m B (1,07)	Sen	M	Decatlo
08:30	09:30	COMPRIMENTO	Juv/Jun/Sen	F	Heptatlo
	09:50	Disco	Juv/Jun/sen	M	Decatlo
	10:40	Dardo	Juv/Jun/Sen	F	Heptatlo
	10:45	Vara	Juv/Jun/Sen	M	Decatlo
	11:50	800m	Juv/Jun/Sen	F	Heptatlo
	11:50	Dardo	Juv/Jun/Sen	M	Decatlo
	12:40	1500m	Juv/Jun/Sen	M	Decatlo

Escalão	Peso	Disco	Dardo	Altura Bar	Vara inicial	Altura inicial
Juvenis F	3 kg	-	600 gr	0.76	-	1.25 (+4)
Juniores F	4 kg	-	600 gr	0.84	-	1.29 (+4)
Seniores F	4 kg	-	600 gr	0.84	-	1.33 (+4)
Juvenis M	5 kg	1.5 kg	700 gr	0.91	2.20 (+10)	1.50 (+4)
Juniores M	6 kg	1.75 kg	800 gr	1.00	2.40 (+10)	1.54 (+4)
Seniores M	7 kg	2 kg	800 gr	1.06	2.50 (+10)	1.54 (+4)



# ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

[Rua Rodrigo da Fonseca 56, Lisboa](#) | [21 386 18 11](#) | [@AtletismoLisboa](#) | [lisboa@fpatletismo.org](mailto:lisboa@fpatletismo.org)

## **REGULAMENTO:**

### **1 – PARTICIPAÇÃO:**

Atletas filiados na época desportiva 2020/2021, em representação de clubes ou com filiação individual;

**[A PARTICIPAÇÃO IMPLICA O CONHECIMENTO E ACEITAÇÃO DOS TERMOS DISPONIBILIZADOS ONLINE<sup>1</sup>](#)**

O Campeonato Regional de Provas Combinadas da AAL será realizado em parceria com a AsA Setúbal e AA Santarém, nas datas indicadas.

Atletas de outras associações, podem inscrever-se, ficando a sua participação condicionada ao número de vagas existentes.

Considera-se que o programa horário, no caso das provas combinadas, poderá ser ajustado em função do desenvolvimento da competição, aplicando-se o descrito no R.G.C.

### **2 – INSCRIÇÕES:**

As inscrições devem ser efetuadas na plataforma - [competicoes.aalisboa.com.pt](http://competicoes.aalisboa.com.pt), até ao dia 06 de abril de 2022 (4ª feira).

A lista dos atletas inscritos para as provas Extra será divulgada na página da AAL até ao dia 07 de abril de 2022.

### **3 – CONFIRMAÇÕES**

As confirmações serão efetuadas em [competicoes.aalisboa.com.pt](http://competicoes.aalisboa.com.pt), no horário previsto no programa.

### **4 - CLASSIFICAÇÕES:**

apenas haverá classificação individual, por escalão/sexo;

A classificação individual final, por escalão/sexo, resulta do somatório dos pontos (tabela de provas combinadas) obtidos pelos atletas, em cada uma das provas que compõem o Heptatlo e Decatlo.

### **5 - PRÉMIOS:**

Prémios: medalhas aos 3 primeiros classificados de cada escalão/sexo, resultante da classificação final da prova combinada.

### **6 – NORMAS DE SEGURANÇA:**

**[Plano de Contingência e Mitigação da Federação Portuguesa de Atletismo \(disponível online\)<sup>1</sup>](#)**.

### **7 – ALTURA E PROGRESSÃO DAS FASQUIAS:**

Descrito no quadro acima.

### **8 – CASOS OMISSOS:**

Os 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.

A Direção Lisboa, 12 de março de 2022

---

<sup>1</sup> <http://www.aalisboa.com.pt/pt/competicoes/competicoes-covid-19.html>