



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

FILIADA NA FPA

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

FUNDADA EM 1929

MEDALHA DE MÉRITO DESPORTIVO

Rua Rodrigo da Fonseca nº 56 C/V – 1250-193 Lisboa; Telefone: 213861811 – Fax: 213860688

www.aalisboa.com.pt – E-mail: lisboa@fpatletismo.org

COMUNICADO Nº 24 - 2013/14

Lisboa, 6 de Março de 2014

A AAL e o Clube SFRA, com o apoio da Câmara Municipal da Amadora, vão realizar a 1ª das 4 Jornadas calendarizadas, para o Complexo do Monte da Galega.

Jornadas de Atletismo da Amadora – 1ª Jorn. 15 Março de 2014 – Pista Municipal Monte da Galega

Programa Horário – Sábado

<i>Hora Início</i>	<i>Prova</i>	<i>Escalão</i>	<i>Sexo</i>	<i>Hora limite Confirmação</i>	<i>Hora entrada</i>	<i>Obs.</i>
14.30	Altura	Benj. B/Inf	F	13:40	13:50	Grupo
14.30	Peso 3Kg	Inic/Juv	F	13.40	13.50	Grupo
14.30	Comprimento	Inic/Juv	M	13.40	13.50	Grupo
14.30	60m	Benj. B/Inf	F	13.40	14.20	Série
14.50	60m	Benj. B/Inf	M	14:00	14:40	Série
15.10	80m	Iniciados	F	14:20	15:00	Série
15.30	80m	Iniciados	M	14:40	15:20	Série
15.50	Altura	Benj. B/Inf	M	15:00	15:10	Grupo
15.50	300m	Juvenis	F	15:00	15:40	Série
15.50	Peso 4Kg	Iniciados	M	15.00	15.10	Grupo
15.50	Peso 5Kg	Juvenis	M	15.00	15.10	Grupo
16:00	Triplo (tábua 8 e 9m)	Juvenis	F	15:10	15:20	Grupo
16:05	300m	Juvenis	M	15:15	15:55	Série
16.30	600m	Benj. B/Inf	F	15:40	16:20	Série
16.45	600m	Benj. B/Inf	M	15:55	16:35	Série

Regulamento

- Participação:** atletas filiados na AAL na época 2013/2014, dos escalões de Benj. B (2003/2004), Infantis, Iniciados e Juvenis, de ambos os sexos, em representação de clubes igualmente filiados, ou como individuais.
- Inscrições:** devem ser efectuadas em **impresso da AAL**, até ao dia **12 de Março de 2014 (4ª feira)**, através do e-mail: lisboa@fpatletismo.org, indicando o número do **dorsal da época**, nome, escalão, clube, bem como a(s) prova(s) em que pretendem participar.
- Confirmações das inscrições:** devem ser feitas de acordo com o horário previsto, isto é, sequencialmente. **Concursos**, no local da competição; **corridas**, na câmara de chamada.
- Classificação:** individual em ambos os sexos.
- Os atletas só poderão participar na prova do seu escalão.**
- Os atletas só podem participar **num máximo de 2 (duas) provas.**
- Os atletas Infantis que participem na corrida de 600m ou juvenis na prova de 300m, não podem participar em mais nenhuma prova que se dispute posteriormente nessa jornada, nem retomar a participação num concurso após as referidas corridas.
- Número de ensaios:** cada atleta terá direito a 4 ensaios por escalão/sexo, se o número de atletas for igual ou inferior a 8. Sendo superior a 8, o número de ensaios é de 3 + 1.
- Altura e progressão da fasquia:**
 - Os atletas Femininos iniciam a 1,00m, sobe de 5 em 5cm, até ficarem 3 atletas, e posteriormente de 3 em 3cm
 - Os atletas Masculinos iniciam a 1,10m, sobe de 5 em 5cm, até ficarem 3 atletas, e posteriormente de 3 em 3cm
- O horário das provas não prevê interrupções e pretende respeitar as sequências acima mencionadas, embora alguns ajustes ao horário possam eventualmente ser realizados.
- Os casos omissos ou eventuais alterações ao presente Regulamento e programa horário serão resolvidos e promovidas pela Organização, ouvido o Diretor Técnico Regional.

Pela Direcção