



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

FILIADA NA FPA

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

FUNDADA EM 1929

MEDALHA DE MÉRITO DESPORTIVO

Rua Rodrigo da Fonseca n.º 56 C/V – 1250-193 Lisboa; Telefone: 213861811 – Fax: 213860688

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

COMUNICADO Nº 27 - 2013/14

Lisboa, 27 de Março de 2014

A AAL e a SFRAA, com o apoio da Câmara Municipal da Amadora, vão realizar a 2ª das 4 Jornadas calendarizadas, para o Complexo do Monte da Galega.

Jornadas de Atletismo da Amadora – 2ª Jornª. 5 Abril 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>
15.00	Peso 3Kg	Juv	F	14.10	14.20	Grupo
15.00	Comprimento	Inf/Inic	F	14.10	14.20	Grupo
15.00	150m	Benj. B/Inf	F	14.15	14.50	Séries
15.20	150m	Benj. B/Inf	M	14.35	15.10	Séries
15.40	80m	Inic	F	14.55	15.30	Séries
16.00	Altura	Juv	M	15.10	15.20	Grupo
16.00	Dardo 700g	Juv	M	15.10	15.20	Grupo
16.00	Triplo – tábua	Inic/Juv	M	15.15	15.20	Grupo
16.00	80m	Inic	M	15.15	15.50	Séries
16.20	800m	Juv	F	15.35	16.10	Séries
16.35	800m	Juv	M	15.50	16.25	Séries
16.50	200m	Juv/Jun/Sen/ Vet35/Vet40/Vet45	F	16.05	16.40	Séries
17.10	200m	Juv/Jun/Sen/ Vet35/Vet40/Vet45	M	16.25	17.00	Séries
17.30	Estafeta Medley	Juv	F	16.45	17.20	100/200/300/400
17.40	Estafeta Medley	Juv	M	16.55	17.30	100/200/300/400

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 **2 de Abril de 2014 (4ª feira)**, através do e-mail: lisboa@fpalletismo.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.**
- 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 iniciam a 1,40/1,46/1,52/1,58/1,63/1,68/1,72/1,76/1,80...
- Estafeta Medley:**
 - É permitida a inclusão, até 2 atletas, iniciados, não podendo, contudo, nos termos regulamentares, correr o segmento dos 400 metros.
 - Os atletas partem aos 200 metros, com a respectiva décalage, fazendo a 1ª transmissão na zona de transmissão dos 4x100m, passam à corda na linha dos 90 metros. A segunda transmissão (do 2º para o 3º percurso) realiza-se na zona de partida dos 300 metros – pista 1. A 3ª transmissão (3º para o 4º percurso) faz-se à partida 400 metros (também pista 1).
- 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.