



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

FILIADA NA FPA

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

FUNDADA EM 1929

MEDALHA DE MÉRITO DESPORTIVO

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

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

COMUNICADO N° 45 - 2013/14

Lisboa, 2 de Julho de 2014

MEETING SFRAA 2014 **9 de Julho - Quarta – Feira TARDE** **Complexo Municipal Monte da Galega**

Programa Horário

<i>Hora Prova</i>	<i>Prova</i>	<i>Escalão</i>	<i>Sexo</i>	<i>Hora limite Confirmação</i>	<i>Obs.</i>
17:30	Dardo (600 g)	Juv/Jun/Sen	F	16:45	
17:30	Comprimento	Inf/Iniciados	F	16:45	
17:30	Altura	Inic/Juv	M	16:45	
17:30	150m	BenjB/Inf	F	16:45	
17:45	150m	BenjB/Inf	M	17:00	
18:00	300m Barr	Inic/Juv	F	17:15	
18:10	300m Barr	Inic/Juv	M	17:25	
18:25	200m	Juv/Jun/Sen	F	17:40	
18:35	200m	Juv/Jun/Sen	M	17:50	
18:45	Dardo (800g)	Juv/Jun/Sen	M	18:00	
18:45	Comprimento	Inf/Iniciados	M	18:00	
18:45	Altura	Inic/Juv	F	18:00	
18:50	600m	BenjB/Inf	F	18:05	
19:00	600m	BenjB/Inf	M	18:15	
19:10	800m	Inic/Juv	F	18:25	
19:15	800m	Inic/Juv	M	18:30	
19:30	400m	Juv/Jun/Sen	F	18:45	
19:40	400m	Juv/Jun/Sen	M	18:55	
19:55	1.500m	Juv/Jun/Sen	F	19:10	
20:10	1.500m	Juv/Jun/Sen	M	19:25	

Regulamento

- Participação:** atletas filiados na AAL na época 2013/2014, dos escalões assinalados, em representação de clubes igualmente filiados ou como individuais.
 - Inscrições:** devem ser efectuadas em **impresso da AAL**, e enviadas até ao dia **7 de Julho de 2014 (2ª feira)**, através do e-mail: lisboa@fpatletismo.org, indicando o número do **dorsal da época**, nome, escalão, clube, e a(s) prova (s) que pretende participar.
 - Confirmações das inscrições:** devem ser feitas de acordo com o horário previsto, isto é, sequencialmente. **Corridas:** na câmara de chamada. **Concursos:** no local da prova.
 - Os atletas poderão participar num máximo de 2 (duas) provas.
 - Os atletas Infantis, que participem numa corrida de distância igual ou superior a 150m, não podem participar em mais nenhuma corrida que se dispute posteriormente.
 - Os atletas infantis que participem nos 600m, não podem participar em mais nenhuma prova que se dispute posteriormente, podendo participar em provas que se disputem antes, desde que não contrarie o ponto 4.1.
 - No caso de o atleta infantil estar a participar num concurso, que ainda não tenha terminado e se desloque para participar nos 600m, não poderá continuar a participar nesse concurso após a realização dessa prova.
 - Os atletas iniciados, que participem nos 250m, não poderão participar em mais nenhuma corrida ou concurso que se venha a realizar posteriormente.
 - Se o atleta iniciado estiver a participar num concurso, que ainda não tenha terminado, e se ausente para participar na prova de 250m, não poderá continuar a participar nesse concurso após a realização da corrida.
 - Os atletas do escalão juvenil, que participem na corrida de 400m, não poderão participar, posteriormente, noutra corrida ou concurso.
 - Se o atleta juvenil estiver a participar num concurso, que ainda não tenha terminado, e se ausente para participar na prova de 400 metros, não poderá continuar a participar nesse concurso após a realização da corrida.
 - Classificação:** em cada uma das provas haverá classificação individual.
 - Número de ensaios** nos concursos de salto em comprimento e lançamento do dardo será de 3+3.
 - Altura e Progressão das fasquias:**
 - Altura Feminino: inicia a 1,20 m, sobe de 5 em 5 cm até ficarem 3 atletas, e posteriormente de 3 em 3 cm.
 - Altura Masculino: inicia a 1,25 m, sobe de 5 em 5 cm até ficarem 3 atletas, e posteriormente de 3 em 3 cm.
- 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