



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@fpatletismo.org

COMUNICADO Nº 28 - 2014/15

Lisboa, 20 de Março de 2015

2ª Jornada de Atletismo da Amadora

29 de Março de 2015

Pista Municipal Monte da Galega

Programa Horário

<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>
10:00	Comprimento	Iniciados	F	9:15	9:30	Grupo
10:00	Altura	Inic/Juv	M	9:15	9:30	Grupo
10:00	40m	Benj. A	F	9:15	9:50	Series
10:15	40m	Benj. A	M	9:30	10:05	Series
10:30	150m	Benj. B/Inf.	F	9:45	10:20	Series
10:50	150m	Benj. B/Inf.	M	10:05	10:40	Series
11:10	250m	Iniciados	F	10:25	11:00	Series
11:15	Comprimento	Iniciados	M	10:30	10:45	Grupo
11:15	Altura	Inic/Juv	F	10:30	10:45	Grupo
11:25	250m	Iniciados	M	10:40	11:15	Series
11:45	200m	Juv/Jun/Sen/Vet	F	11:00	11:35	Series
12:00	200m	Juv/Jun/Sen/Vet	M	11:15	11:50	Series
12:10	Estafeta Medley	Inic/Juv	F	11:25	12:00	Series
12:20	Estafeta Medley	Inic/Juv	M	11:35	12:10	Series

Regulamento

- Participação:** de atletas dos escalões assinalados, filiados na AAL na época 2014/2015.
 - Inscrições:** devem ser enviadas **até ao dia 25 de Março de 2015 (quarta-feira)**, para a Sede da AAL, através do e-mail: lisboa@fpatletismo.org, ou fax: 213 860 688, **indicando o número do dorsal da época, nome, sexo, escalão, clube, bem como a (s) prova (s) em que pretendem participar.**
 - As confirmações das inscrições:** devem ser feitas de acordo com o horário previsto. Os concursos, no local da competição; corridas, na câmara de chamada.
 - Classificação:** haverá apenas classificação individual por prova/sexo.
 - Cada atleta só poderá participar **num máximo de duas provas do seu escalão.**
 - Os atletas Benjamins e Infantis, que participem numa corrida de distância igual ou superior a 150 metros, não podem participar em mais nenhuma corrida que se dispute posteriormente.
 - Número de Ensaios:** nos concursos de lançamentos e saltos horizontais, o número de ensaios será de 3+1. Em função das inscrições e confirmações, o número de ensaios poderá ser alterado. Os atletas de outras associações regionais só terão acesso ao(s) ensaio(s) suplementar(es) face ao número de atletas da AAL na final.
 - Salto em Altura será:**
 - Fem: inicia a 1,05, de 5 em 5cm, até haver 3 atletas em prova; então, de 3 em 3cm.
 - Masc: inicia a 1,15, de 5 em 5cm, até haver 3 atletas em prova; então, de 3 em 3cm.
 - Os casos omissos** ou eventuais alterações ao presente Regulamento e programa horário serão resolvidos e promovidas pela Organização, ouvido o Diretor Técnico Regional.
 - Atletas de outras Associações:** a sua participação é condicionada ao número de atletas da AAL, inscritos.
- Observação:** O desenvolvimento do Programa Horário pode vir a proporcionar antecipação do mesmo.

Pela Direcção