



# 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 – Telem 968 495 847

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

## COMUNICADO Nº 45/A- 2017/18

Lisboa, 6 de Junho de 2018

### Campeonato Regional Veteranos + OctaKids 7 + Provas Extra 16 e 17 de Junho de 2018

#### 1ª Jornada – Torres Vedras – Pista Carlos Lopes 16 de Junho de 2018 (Sábado)

##### Programa Horário

Hora Inicio	Prova	Escalão	Sexo	Hora Limite Confirmação	Obs.
15:00	Martelo	Juv/Jun/Sen/Vet	M	Local da prova 30 mt antes	Grupo
15:00	Triplo Salto (13m)	Juv/Jun/Sen/Vet	M	Local da prova 30 mt antes	Extra
15:00	Peso	Benjamins	F/M	Local da prova 30 mt antes	OctaKids
15:00	Peso	Infantis	M	Local da prova 30 mt antes	OctaKids
15:00	60m Barreiras	Infantis	F	Local da prova 30 mt antes	OctaKids
15:20	60m Barreiras	Infantis	M	Local da prova 30 mt antes	OctaKids
15:40	40m	Benjamins	F	Local da prova 30 mt antes	OctaKids
16:00	40m	Benjamins	M	Local da prova 30 mt antes	OctaKids
16:20	500m	Benjamins	F/M	Local da prova 30 mt antes	OctaKids
16:30	1000m	Infantis	F/M	Local da prova 30 mt antes	OctaKids
16:30	Peso	Infantis	F	Local da prova 30 mt antes	OctaKids
16:30	Comprimento	Juv/Jun/Sen/Vet	M	Local da prova 30 mt antes	Grupo
16:30	Altura	Juv/Jun/Sen/Vet	F	Local da prova 30 mt antes	Grupo
16:30	Martelo	Juv/Jun/Sen/Vet	F	Local da prova 30 mt antes	Grupo
16:40	100m Barreiras (0,76)	M - V70+ F - V40+	M/F	15:40	Séries
16:55	100m Barreiras (0,84)	M - V F - V35+	M/F	15:55	Séries
17:10	110m Barreiras (0,91)	Juv/Jun/Sen/Vet	M	16:10	Séries
17:20	110m Barreiras (1,00)	Juv/Jun/Sen/Vet	M	16:20	Séries
17:30	110m Barreiras (1,06)	Jun/Sen/Vet	M	16:30	Séries
17:40	100m	Juv/Jun/Sen/Vet	F	16:40	Séries
17:55	100m	Juv/Jun/Sen/Vet	M	16:55	Séries
18:00	Dardo	Juv/Jun/Sen/Vet	F	Local da prova 30 mt antes	Grupo
18:45	Comprimento	Juv/Jun/Sen/Vet	F	Local da prova 30 mt antes	Grupo
18:45	Altura	Juv/Jun/Sen/Vet	M	Local da prova 30 mt antes	Grupo
18:10	400 Metros	Juv/Jun/Sen/Vet	F	17:10	Séries
18:25	400 Metros	Juv/Jun/Sen/Vet	M	17:25	Séries

Hora Inicio	Prova	Escalão	Sexo	Hora Limite Confirmação	Obs.
18:40	1.500 Metros	Juv/Jun/Sen/Vet	F	17:40	Séries
18:55	1.500 Metros	Juv/Jun/Sen/Vet	M	17:55	Séries
19:20	Dardo	Juv/Jun/Sen/Vet	M	Local da prova 30 mt antes	Grupo
19:10	3000m Obstáculos	Jun/Sen/Vet	F	18:10	Séries
19:30	3000m Obstáculos	Jun/Sen/Vet	M	18:30	Séries
19:50	4x100m	Juv/Jun/Sen/Vet	F	18:50	Séries
20:00	4x100m	Juv/Jun/Sen/Vet	M	19:00	Séries

**2ª Jornada – 17 de Junho de 2018 (Domingo)**

Hora Inicio	Prova	Escalão	Sexo	Hora Limite Confirmação	Obs.
09:30	Triplo Salto (9m)	Juv/Jun/Sen/Vet	F	Local da prova 30 mt antes	Grupo
09:30	Peso	Juv/Jun/Sen/Vet	F	Local da prova 30 mt antes	Grupo
09:30	Salto com Vara	Juv/Jun/Sen/Vet	F	Local da prova 60 mt antes	Grupo
09:30	Disco	Juv/Jun/Sen/Vet	M	Local da prova 30 mt antes	Grupo
09:30	5000m Marcha	Juv/Jun/Sen/Vet	F/M	08:30	CRVet+CRJun
10:25	3000m	Juv/Jun/Sen/Vet	F	09:25	Séries
10:50	5000m	Jun/Sen/Vet	M	09:50	Séries
11:00	Salto com Vara	Juv/Jun/Sen/Vet	M	Local da prova 60 mt antes	Grupo
11:00	Peso	Juv/Jun/Sen/Vet	M	Local da prova 30 mt antes	Grupo
11:00	Triplo Salto (11m)	Juv/Jun/Sen/Vet	M	Local da prova 30 mt antes	Grupo
11:00	Disco	Juv/Jun/Sen/Vet	F	Local da prova 30 mt antes	Grupo
11:20	400m Barreiras	Juv/Jun/Sen/Vet	F	10:20	Séries
11:30	400m Barreiras	Sen/Jun/Sen/Vet	M	10:30	Séries
11:45	300m Barreiras	Inic/Juv	M	10:45	Extra
11:55	200m	Ini/Juv	F	10:55	Extra
12:05	200m	Juv/Jun/Sen/Vet	F	11:05	Séries
12:15	200m	Juv/Jun/Sen/Vet	M	11:15	Séries
12:30	800m	Juv/Jun/Sen/Vet	F	11:30	Séries
12:40	800m	Juv/Jun/Sen/Vet	M	11:40	Séries
12:50	4 x 400m	Juv/Jun/Sen/Vet	F	11:50	Séries
13:00	4 x 400m	Juv/Jun/Sen/Vet	M	12:00	Séries

## **REGULAMENTO:**

**1 – Participação nas provas extra:** de atletas dos escalões assinalados, filiados na época 2017/2018, em representação de clubes, escolas/agrupamentos de escolas igualmente filiados ou como individuais.

**2 - Inscrições:** devem ser efetuadas até 60 minutos antes da hora da prova, indicando o número do dorsal da época, nome, sexo, escalão, clube, bem como a prova em que pretendem participar, ficando desde logo confirmada a sua participação.

**Nota importante:** o atleta que não apresentar o dorsal atribuído pela AAL para a época em curso e ou do Campeonato Municipal de Torres Vedras, e que requeiram novo dorsal, têm uma despesa de 2.50€ por dorsal.

**Atletas de outras Associações deverão solicitar a sua inscrição até 4ª feira anterior à competição, ficando esta sujeita a autorização por parte da AAL.**

**3 – No Salto em Altura** o processo de subida da fasquia será de 5 em 5cm até estarem 3 atletas em prova, sendo a partir daí de 3 em 3cm, de cada género;

**4 – No Salto com Vara** o processo de subida da fasquia será decidido no local de competição, conforme o número de atletas participantes e o normal funcionamento do programa;

**5 – Nos lançamentos** os atletas terão direito a 3 lançamentos + 1.

**6 – Os atletas poderão participar em duas provas por dia, no máximo de quatro no conjunto das duas jornadas desde que uma delas seja a estafeta;**

**7 - Os atletas do escalão juvenil** que participem em corridas ou provas de marcha de distância igual ou superior a 300 metros, não poderão participar posteriormente nessa jornada noutra corrida, prova de marcha ou concurso.

Não poderão lançar o martelo e peso de 7,260 Kg.

**8 – Os atletas do escalão de júnior** que participem em corridas de distância igual ou superior a 1.500Metros ou na prova de marcha, não poderão participar na prova de marcha ou noutra corrida nessa jornada, independente da ordem de participação nessas provas;

**9 – Classificações:** Haverá Classificação Individual

**Classificação Individual** – Aos 3 primeiros Classificados de cada prova de ambos os géneros.

**10 - Os casos omissos:** ou eventuais alterações ao presente Regulamento e programa horário, serão resolvidos e promovidas pela Organização, ouvido o Diretor Técnico Regional.

**Observação:** O desenvolvimento do Programa Horário pode vir a proporcionar antecipação do mesmo, o que, naturalmente, será feito.

## **Regulamento Geral do Torneio Octakids:**

1. Este torneio destina-se a atletas benjamins A (09/10/11) e B (07/08) e infantis (05/06), filiados, ou não, na Associação de Atletismo de Lisboa (AAL).

2. O Octakids é um torneio constituído por 8 jornadas:

- 07/04/2018 - Lumiar (Realizado)
- 28/04/2018 – Torres Vedras (Realizado)
- 01/05/2018 – Inatel (Realizado)
- 19/05/2018 – Estádio Universitário (Realizado)
- 31/05/2018 – Torres Vedras (Realizado)
- 09/10/06/2018 – Lumiar (Realizado)
- 16/06/2018 – Torres Vedras
- 23/06/2018 – Lumiar

3. Cada atleta poderá participar num máximo de 3 provas por cada jornada, respeitando o regulamento geral de competições para jovens, sendo que para a pontuação do torneio contam as suas duas melhores classificações.

### **4. Sistema de pontuação**

- Apenas são pontuáveis os atletas filiados na AAL, sendo que os atletas não filiados não interferem na classificação/pontuação dos restantes.
- Ao 1º lugar serão atribuídos 15 pontos, ao 2º lugar 14 e assim sucessivamente até ao 15º e seguintes lugares que têm direito a 1 ponto.
- Os atletas que participarem nas 8 jornadas do torneio terão direito a 5 pontos de bónus.
- O vencedor do Torneio OctaKids, será o atleta que conseguir maior número de pontos, em que, contam os pontos das suas 2 melhores provas por jornada.

### **5. Prémios**

Serão premiados os 10 melhores atletas por género, masculino e feminino, e escalão, Benjamins A, B e Infantis.

Serão premiadas as 5 equipas com maior número de participantes no conjunto das 8 jornadas.

6. As estafetas, de ambos os escalões, não contam para a pontuação individual do torneio.

7. Casos omissos ou outros casos serão resolvidos pelo Diretor Técnico Regional, de acordo com o Regulamento Geral de Competições Jovens.

### **Regulamento OctaKids – Jornada 7:**

**1. Destinatários:** Benjamins A e B e Infantis.

**2. Participação:** atletas filiados, ou não, na época 2017/2018 dos escalões assinalados, de ambos os sexos, em representação de clubes, escolas/agrupamentos de escolas.

**3.** Os atletas só podem participar na(s) prova(s) do respetivo escalão.

**4. Inscrições:** devem ser efetuadas em ficha anexa, para as corridas, entregue no secretariado, até 60 minutos antes da respetiva prova, ficando desde já confirmados para a mesma. Os concursos são confirmados no local da competição cerca de 20 minutos antes. Devem indicar o número do dorsal da época, nome, sexo, escalão, clube, bem como a prova em que pretendem participar.

**Nota:** A aquisição de um dorsal novo, segunda via, será cobrada a quantia de 2,5 euros.

#### **5.1. Corrida de 40 m:**

Partida a 2 apoios

Voices de "aos seus lugares" + sinal sonoro

Distribuição aleatória dos atletas pelas pistas, procurando "separar" por clubes.

Será tolerada uma falsa partida a cada atleta sendo que à 3ª falsa partida da série serão desclassificados os atletas seguintes, mesmo sendo a sua 1ª falsa partida.

#### **5.2. 500m e 1000m:**

Série única;

Voices de "aos seus lugares" + sinal sonoro.

**6. Número de ensaios;** nos concursos, o número de ensaios será de 3.

**7.** Os casos omissos ou eventuais alterações ao presente Regulamento e programa horário, serão resolvidos e promovidas pela Organização, ouvido o Diretor Técnico Regional.

### **Tabela de engenhos**

<b>Disco</b>	Femininos	<b>Disco</b>	Masculinos
V35/40/45	1 Kg	V 35/40/45	2 Kg
V50/55	1 Kg	V50/55	1,5 Kg
V60/65/70	1 Kg	V60/65	1 Kg
V70/75/80/85/90	0,750 gr	V70/75	1 Kg
		V80/85/90	1 Kg

<b>Peso</b>	Femininos	<b>Peso</b>	Masculinos
V35/40/45	4 Kg	V 35/40/45	7,260 Kg
V50/55	3 Kg	V50/55	6 Kg
V60/65/70	3 Kg	V60/65	5 Kg
V70/75/80/85/90	3 Kg	V70/75	4 Kg
		V80/85/90	3 Kg

<b>Dardo</b>	Femininos	<b>Dardo</b>	Masculinos
V35/40/45	600 gr	V 35/40/45	800 gr
V50/55	500 gr	V50/55	700 gr
V60/65/70	400 gr	V60/65	600 gr
V70/75/80/85/90	400 gr	V70/75	500 gr
		V80/85/90	400 gr

<b>Martelo</b>	Femininos	<b>Martelo</b>	Masculinos
V35/40/45	4 Kg	V 35/40/45	7,260 Kg
V50/55	3 Kg	V50/55	6 Kg
V60/65/70	3 Kg	V60/65	5 Kg
V70/75/80/85/90	2 Kg	V70/75	4 Kg
		V80/85/90	3 Kg

