



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

FILIADA NA FPA

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA
MEDALHA DE MÉRITO DESPORTIVO

FUNDADA EM 1929

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 1 - 2019/20

Lisboa, 12 de Novembro de 2019

CORTA MATO de ABERTURA da AAL **“Troféu José Manuel Francisco”** **30 de Novembro de 2019** **Parque Verde Várzea - Torres Vedras**

A Associação de Atletismo de Lisboa, juntamente com o Grupo Desportivo Cultural Recreativo de Matos Velhos e Câmara Municipal de Torres Vedras, vai realizar, **no próximo dia 30 de Novembro**, o Corta Mato de Abertura da AAL da época 2019/2020.

Programa Horário

Hora	Distância	Escalão	Género	Ano Nasc	Competição
15h00	150m	Prova extra Jovem	M/F	2013 e seguintes	Troféu JMF
15h10	500m	Benj. A	M/F	2010/2011/2012	CM Abertura/Troféu JMF
15h20	1.000m	Benj. B	M/F	2008/2009	CM Abertura/Troféu JMF
15h30	1.500m	Infantil	M/F	2006/2007	CM Abertura/Troféu JMF
15h40	2.250m	Iniciados	M/F	2004/2005	CM Abertura/Troféu JMF
15h55	3.000m	Vet M35 - M40 – M45	M	ao dia da prova	CM Abertura/Troféu JMF
		Vet M50 – M55 – M60			
16h15	3.000m	Juvenil	F	2002/2003	CM Abertura/Troféu JMF
		Júnior		2000/2001	
		Sénior		1999 e antes	
		Vet F35 – F40 – F45		ao dia da prova	
16h35	4.500m	Juvenil	M	2002/2003	CM Abertura/Troféu JMF
		Júnior		2000/2001	
		Sénior		1999 e antes	

Regulamento

- Participação:** atletas filiados na época desportiva 2019/2020 dos escalões assinalados, de ambos os sexos.
- Inscrições:** Todas as inscrições devem ser efetuadas em folha de Excel e devem indicar o nome, género, escalão e clube, até ao dia **27 de Novembro de 2019 (quarta-feira)**, através do e-mail: lisboa@fpatletismo.org.
- Dorsais:** Os dorsais utilizados pelos atletas filiados na AAL no corta-mato de abertura serão os da AAL. Os atletas não filiados utilizam um dorsal fornecido pela organização.
- Os atletas só podem participar na prova destinada ao seu escalão.
- Os atletas veteranos que pretendam competir pelo escalão de sénior deverão indicar essa intenção na inscrição, só podendo contar para a classificação de sénior, quer individual quer colectiva. Um veterano depois de optar pelo escalão de sénior, não entra na classificação individual nem colectiva de veteranos.
- Classificações:** haverá classificações individuais e colectivas por escalão e sexo. Para a classificação contam os 10 primeiros atletas de cada clube.
- Prémios:** Medalhas: aos 3 primeiros classificados de cada escalão. Troféus: às 5 equipas melhor classificadas.
- Observações:** Os casos omissos serão resolvidos de acordo com o Manual Técnico da IAAF, o Regulamento Geral de Competições e o Regulamento Geral de Competições para Jovens da Federação Portuguesa de Atletismo.

Pela Direcção