



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 – Telemóvel – 968 495 847

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

COMUNICADO Nº 5 - 2019/20

Lisboa, 25 de Novembro de 2019

Triatlo Técnico Regional CAR - JAMOR

14 de DEZEMBRO de 2019

INI FEM	INI MASC	JUV FEM 1	JUV MASC 1	JUV FEM 2	JUV MASC 2
60M B	60M B	60M B	60M B	60M	60M
COMPRIMENTO	COMPRIMENTO	ALTURA	ALTURA	COMPRIMENTO	COMPRIMENTO
PESO 3 KG	PESO 4 KG	PESO 3 Kg	PESO 5 Kg	PESO 3 KG	PESO 5 KG

PROGRAMA HORÁRIO

Horário da prova	Prova	Género	Hora limite da confirmação	Escalão	Observações
14:00	PESO (4 Kg)	M	13:00	INI	T
14:00	PESO (3 Kg)	F	13:00	INI	T
14:00	ALTURA	F	13:00	JUV	T1
14:15	COMPRIMENTO	M	13:15	JUV	T2
14:30	COMPRIMENTO	F	13:30	JUV	T2
15:00	60M B (0,91)	M	14:00	JUV	T1
15:15	60M B (0,84)	M	X	INI	T
15:30	60M B (0,76)	F	X	INI	T
15:40	60M B (0,76)	F	X	JUV	T1
15:40	ALTURA	M	X	JUV	T1
15:50	60M	M	X	JUV	T2
16:00	60M	F	X	JUV	T2
*	COMPRIMENTO	M	X	INI	T
	COMPRIMENTO	F	X	INI	T
	PESO (3 Kg)	F	X	JUV	T1
	PESO (3 Kg)	F	X	JUV	T2
	PESO (5 Kg)	M	X	JUV	T1
	PESO (5 Kg)	M	X	JUV	T2

* Deverá ter início 30 minutos após o término da última prova



REGULAMENTO:

1. Participação: atletas filiados na época 2019/2020 dos escalões assinalados, de ambos os sexos, em representação de clubes, escolas/agrupamentos de escolas, igualmente filiados ou como individuais. Os escalões serão os de 2019/2020.

2. Inscrições: devem ser efetuadas na plataforma de inscrições, ficando desde já confirmados para a mesma. Devem indicar o número do dorsal da época, nome, sexo, escalão, clube, bem como a prova em que pretendem participar.

Nota importante: o atleta que não apresentar o dorsal atribuído pela AAL para a época em curso e que pretendam adquirir novo dorsal, têm uma despesa de 2.50€ por dorsal.

3. Classificação: haverá apenas classificação individual para cada disciplina.

4. Altura e Progressão das Fasquias:

A definir no local da competição de acordo com os atletas inscritos na mesma.

5. Os atletas apenas poderão competir nas provas do seu escalão.

6. Nesta competição será aplicado o Regulamento Geral de Competições respeitante às provas combinadas.

7. O horário poderá sofrer alterações durante a competição, facto que será divulgado aos atletas atempadamente.

8. Haverá diplomas para os 3 primeiros classificados individualmente e por escalão.

9. Os casos omissos ou eventuais alterações ao presente regulamento serão resolvidos de acordo com o Manual Técnico da IAAF, o Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.

Observações:

Nesta competição serão apurados os atletas por escalão (iniciados e juvenis) /género (m/f) que irão representar a Associação de Atletismo de Lisboa no Triatlo Técnico Nacional.

A Direção