



# ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

Rua Rodrigo da Fonseca 56 C/V 1250-196 Lisboa | 21 386 18 11 [www.aalisboa.com.pt](http://www.aalisboa.com.pt) [lisboa@fpatletismo.org](mailto:lisboa@fpatletismo.org)

COMUNICADO Nº 30 - 2019/2020

PROVAS PREPARAÇÃO X

REVISTO

Estádio Universitário de Lisboa – Pista 2

Quarta-Feira 8 de julho de 2020

Horário da prova	Hora confirmação	Prova	Género	Escalão	Observações
18:00	17:00	VARA	M	JUN/SEN/VET	
18:00	17:00	PESO	F	INI/SEN/VET	
20:40	19:40	3000M	M	SEN	
21:00	20:00	800M	M	VET	

### **Regulamento:**

**1 - Participação:** Atletas filiados na época desportiva 2019/2020, em representação de clubes ou com filiação individual. Devido às limitações apresentadas pela DGS, a participação quanto ao número de atletas será limitada. Corridas: 20 atletas e concursos 10 atletas.

**A INSCRIÇÃO EM COMPETIÇÃO IMPLICA O CONHECIMENTO E ACEITAÇÃO DO RISCO DE SAÚDE INERENTE À PARTICIPAÇÃO, SENDO A DECISÃO TOMADA EM CONSCIÊNCIA PELO PRÓPRIO ATLETA OU SEU REPRESENTANTE LEGAL**

**2 - Inscrições:** Devem ser efetuadas na plataforma - [inscricoes.aalisboa.com.pt](http://inscricoes.aalisboa.com.pt) até dia 6 de julho de 2020 (2ª feira).

As inscrições para **atletas de outras Associações**, deverão ser efetuadas **até às 16:00h do dia 6 de julho de 2020** (2ª feira) e estarão condicionadas ao número de atletas inscritos.

**3 – Confirmações:** No horário previsto no programa.

**NOTA: A lista de atletas aceites na competição será publicada no site da Associação até à terça-feira anterior à competição.**

**4 – As questões de higienização e segurança na frequência do espaço e durante a competição encontram-se em documento anexo.**

**5 – Atletas Veteranos:** Só será permitida a participação a atletas veteranos até M55 e F55, inclusive.

**6 – Corridas:**

**6.1 -** Nas corridas serão utilizadas as pistas 1, 3 e 5, sendo que cada atleta percorrerá a totalidade da distância na pista que lhe foi atribuída.

**6.2 –** A distribuição dos atletas pelas pistas será sorteada aleatoriamente.

**7 – Altura e progressão das fasquias:**

**Vara Masc:** 4,00 -> 4,20 -> 4,35 -> 4,50 -> 4,65 -> 4,75 -> 4,85 -> 4,95 -> 5,00 -> 5,05 (+ 5cm)

**8 - Observações:** Casos omissos serão resolvidos de acordo com o Manual Técnico da WA, Regulamento Geral de Competições e Regulamento Geral de Competições para Jovens da FPA.

A Direção

Lisboa, 3 de julho de 2020