



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

Rua rodrigo da Fonseca 56 C/V 1250-196 Lisboa | 21 386 18 11 www.aalisboa.com.pt lisboa@fpatletismo.org

COMUNICADO Nº 10 - 2019/2020

REVISTO

CAMPEONATO REGIONAL INVERNO PC (ABSOLUTOS)

JAMOR – CAR - PISTA 2

| Horário da prova | Hora confirmação | Prova | Género | Escalão | Observações |
|------------------|------------------|--------------|--------|-----------|---------------|
| 14:30 | 13:30 | ALTURA | M | Absolutos | |
| 16:00 | 14:30 | VARA | F | Absolutos | |
| 16:00 | 15:00 | TRIPLA | F | Absolutos | |
| 16:30 | 15:30 | 60m B (1,07) | M | Absolutos | Eliminatórias |
| 17:00 | 16:00 | 60m B (0,84) | F | Absolutos | Eliminatórias |
| 17:30 | 16:30 | PESO | M | Absolutos | |
| 17:30 | 16:30 | TRIPLA | M | Absolutos | |
| 18:00 | | 60m B (0,84) | F | Absolutos | Final B |
| 18:05 | | 60m B (0,84) | F | Absolutos | Final A |
| 18:15 | | 60m B (1,07) | M | Absolutos | Final B |
| 18:20 | | 60m B (1,07) | M | Absolutos | Final A |

SÁBADO - 11 DE JANEIRO 2020

| Horário da prova | Hora confirmação | Prova | Género | Escalão | Observações |
|------------------|------------------|-------------|--------|-----------|---------------|
| 14:30 | 13:30 | ALTURA | F | Absolutos | |
| 15:00 | 14:00 | COMPRIMENTO | M | Absolutos | |
| 16:00 | 14:30 | VARA | M | Absolutos | |
| 16:00 | 15:00 | 60m | M | Absolutos | Eliminatórias |
| 17:20 | 16:20 | 60m | F | Absolutos | Eliminatórias |
| 17:30 | 16:30 | PESO | F | Absolutos | |
| 17:45 | 16:45 | COMPRIMENTO | F | Absolutos | |
| 18:15 | | 60m | M | Absolutos | Final B |
| 18:20 | | 60m | M | Absolutos | Final A |
| 18:40 | | 60m | F | Absolutos | Final B |
| 18:45 | | 60m | F | Absolutos | Final A |

DOMINGO - 12 DE JANEIRO 2020

Regulamento:

1 - Participação: Atletas filiados na época desportiva 2019/2020, em representação de clubes, escolas ou agrupamentos de escolas igualmente filiados, ou com filiação individual.

2 - Inscrições: Devem ser efetuadas na plataforma - inscricoes.aalisboa.com.pt até dia 8 de janeiro de 2020 (4ª feira).

Nota importante: o atleta que não apresentar o dorsal atribuído pela AAL para a presente época desportiva, e necessite de dorsal de substituição, despenderá do valor de 2,50 euros.

As inscrições para atletas de outras Associações, deverão ser efetuadas até dia 8 de janeiro de 2020 (4ª feira) e estarão condicionadas ao número de atletas inscritos.

3 – Confirmações: No horário previsto no programa.



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

Rua Rodrigo da Fonseca 56 C/V 1250-196 Lisboa | 21 386 18 11 www.aalisboa.com.pt lisboa@fpatletismo.org

4 – Classificação e pontuação: Nestes Campeonatos existirão classificações individuais por género e classificações coletivas por género.

4.1 – Serão atribuídos ao primeiro classificado 6 pontos, ao segundo 5 pontos, e assim sucessivamente, até 1 ponto ao 6º classificado.

4.2 - Em cada prova só podem pontuar um máximo de 2 (dois) atletas por clube, não contando os restantes, para efeitos de pontuação.

4.3 - Empates serão decididos a favor do clube que obtiver mais primeiros lugares no conjunto das provas do programa. Se o empate subsistir, aplicar-se-á o mesmo critério em relação aos segundos lugares, e assim sucessivamente.

5 - Prémios: Serão atribuídos diplomas aos 3 primeiros atletas por disciplina/género e Placas aos 3 primeiros clubes por género.

6 - Número de ensaios; nos lançamentos e saltos horizontais, caso se verifique a participação de mais de 8 atletas, os atletas de outras associações regionais não terão acesso aos 3 ensaios finais.

7 - Altura e Progressão das fasquias:

- Vara Feminino: inicia a 2,00 (+15) --> 3,05 (+ 10)
- Vara Masculino: inicia a 2,60 (+20) --> 3,60 (+15) --> 4,50 (+ 10)
- Altura Feminino: inicia a 1,35 (+6) --> 1,53 (+4) --> 1,65 (+ 3)
- Altura Masculino: inicia a 1,60 (+ 5) --> 1,85 (+ 4) --> 1,97 (+ 3)

8 – Tábuas dos saltos: A definir pelo Delegado Técnico de acordo com as marcas dos atletas inscritos.

9 - Para as finais “A” e “B” das provas de 60 m e 60 m barreiras, serão apurados os 12 melhores tempos das eliminatórias. Os atletas de outras associações regionais só terão acesso às finais caso não existam 12 atletas de Lisboa para as completar.

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

A Direção
Lisboa, 31 de Dezembro de 2019