



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

FILIADA NA FPA

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA
MEDALHA DE MÉRITO DESPORTIVO

FUNDADA EM 1929

Rua Rodrigo da Fonseca nº 56 C/V – 1250-193 Lisboa; Telefone: 213861811
www.aalisboa.com.pt – E-mail: lisboa@fpatletismo.org

COMUNICADO Nº 14 - 2018/19

Lisboa, 26 de Dezembro de 2018

PROVAS DE PREPARAÇÃO

CAR + Pista 2 - Jamor

5 de Janeiro de 2019

Programa horário

Horário da prova	Prova	Género	Hora limite da confirmação	Escalão	Obs.
15:00	Vara	Masc	13:30	juv/jun/sen	Grupo
15:00	Altura	Masc	14:00	juv/jun/sen	Grupo
15:00	Disco	Fem	14:00	juv/jun/sen	Grupo
15:00	Martelo	M/F	14:00	juv/jun/sen	Grupo
15:00	150m	M/F	14:00	inf	Séries
15:30	300m	Fem	14:30	juv/jun/sen	Séries
15:45	300m	Masc	14:45	juv/jun/sen	Séries
16:00	800m	Fem	15:00	Ini/juv	Séries
16:10	800m	Fem	15:10	jun/sen	Séries
16:20	800m	Masc	15:20	Ini/juv	Séries
16:30	800m	Masc	15:30	jun/sen	Séries
16:30	Comprimento	Fem	15:30	juv/jun/sen	Grupo
16:40	60m	Fem	15:40	Ini/juv	Eliminatórias
16:40	3000m	Fem	15:40	juv/jun/sen	Séries
16:40	Peso	Masc	15:40	juv/jun/sen	Grupo
16:55	60m	Fem	15:55	jun/sen	Eliminatórias
17:00	3000m	Masc	16:00	Juv/Jun/sen	Séries
17:00	Vara	Fem	15:30	juv/jun/sen	Grupo
17:00	Triplo	Masc	16:00	juv/jun/sen	Grupo
17:00	Peso	Fem	16:00	juv/jun/sen	Grupo
17:10	60m	Masc	16:10	Ini/Juv	Eliminatórias
17:20	1000m	Fem	16:20	inf	Séries
17:25	60m	Masc	16:25	jun/sen	Eliminatórias
17:30	1000m	Masc	16:30	inf	Séries
17:40	60m	Fem	x	ini/juv	Final (6 MT)
17:50	60m	Fem	x	jun/sen	Final (6 MT)
18:00	60m	Masc	x	ini/juv	Final (6 MT)
18:10	60m	Masc	x	jun/sen	Final (6 MT)



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

FILIADA NA FPA

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA
MEDALHA DE MÉRITO DESPORTIVO

FUNDADA EM 1929

Rua Rodrigo da Fonseca nº 56 C/V – 1250-193 Lisboa; Telefone: 213861811
www.aalisboa.com.pt – E-mail: lisboa@fpatletismo.org

Regulamento

1 - Participação: Atletas filiados na época desportiva 2018/2019 dos escalões assinalados, de ambos os sexos, em representação de clubes, escolas/agrupamentos de escolas igualmente filiados ou como individuais

2 - Inscrições: Devem ser efetuadas no horário indicado no presente programa-horário e devem indicar o número do dorsal de época, nome, género, escalão e clube, bem como a prova em que pretendem participar.

Nota importante: o atleta que não apresentar o dorsal atribuído pela AAL para a presente época desportiva, e necessite de dorsal de substituição, terá um custo no valor de 2,50euros.

3 - Classificações - Será efetuada a classificação individual por disciplina/género.

4 - Número de ensaios - nos concursos de lançamentos e saltos horizontais, todos os atletas terão direito a 3 ensaios, tendo os **(8 melhores direito a mais 3 ensaios Suplementares)**.

Nota: Os atletas de outras Associações só terão direito aos ensaios suplementares (Caso não haja 8 atletas finalista da AAL).

5 - Altura inicial e progressão das fasquias - A definir no local, pelo Delegado Técnico, de acordo com as melhores marcas dos atletas inscritos.

6 - As provas sombreadas serão realizadas na pista nº 2 do CAR.

8 - 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.

A Direção