



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO

Junta de Freguesia de Lourosa

Torneio Cidade de Lourosa
Pista de Atletismo Saul Fernandes
1 de maio de 2026



PROGRAMA

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs.:
15H00	50 m	Benj. A	Fem	Series	
	Peso (2 Kg)	Inf.	Fem	Final	
	Peso (3 Kg)	Inic/Juv	Fem	Final	
15H15	50 m	Benj. A	Masc	Series	
15H30	60 m	Benj. B	Fem	Series	
15H45	60 m	Benj. B	Masc	Series	
	Peso (4 kgs)	Jun/Sen	Fem	Final	
	Comprimento	Juv./Sen.	Fem	Final	
16H00	60 m	Iniciados	Fem	Series	
16H15	60 m	Iniciados	Masc	Series	
16H15	Altura	Juv./Sen	Masc	Final	
16H30	60 m	Infantis	Fem	Series	
16H45	60 m	Infantis	Masc	Series	
17H00	Comprimento	Inic./Juv.	Masc	Final	
17H05	Peso (3 Kg.)	Inf.	Masc.	Final	
	Peso (4 Kg.)	Inic.	Masc.	Final	
	Peso (7,26 kgs)	Jun/Sen	Masc	Final	
17H05	200 m	Juv./Sen.	Fem	Series	
17H25	200 m	Juv./Sen.	Masc	Series	
17H45	600 m	Benj. B	Fem.	Series	
18H00	600 m	Benj. B	Masc.	Series	

Regulamento

1	Esta competição realiza-se na pista de Atletismo Saul Fernandes uma organização da secção de Atletismo do Lusitânia de Lourosa Futebol Clube e destina-se a atletas filiados na Associação de Atletismo de Aveiro e outras associações.
2	A participação de atletas filiados em outras Associações Distritais fica condicionada à participação prévia do Clube organizador e Direção Técnica Distrital, devendo os respetivos pedidos ser enviados para o e-mail: aveiro@fpatletismo.org e através da Associação a que pertence, até às 18 horas de quarta-feira que antecede a competição.
3	Cada atleta só pode participar em duas provas do programa, desde que, sejam previstas para o seu escalão etário.
4	Os atletas da Associação de Atletismo de Aveiro devem apresentar-se com o dorsal atribuído para a época 2025/2026
5	As inscrições são feitas através da plataforma ONLINE (fpacompeticoes.pt) até à Quarta-feira que antecede a competição. Todos os Clubes/Técnicos ou atletas terão de fazer a confirmação na corrida ou concurso até 90 minutos antes do início da prova, após o qual não haverá possibilidade de o fazer.
6	Apresentação na câmara de chamada: Corridas 10 minutos e Concursos 20 minutos antes do horário previsto
7	Todos os atletas têm direito a 2 ensaios e os oito (8) melhores a mais dois nos saltos e lançamentos.
8	Os atletas devem ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para a correta colocação do dorsal.
9	DORSAL indispensável para qualquer competição organizada pela Associação Atletismo de Aveiro
10	Prémios: Medalhas aos três primeiros de cada prova.