



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO

Junta de Freguesia de Lourosa

Torneio Cidade de Lourosa
Pista de Atletismo Cidade de Lourosa
30 de Abril de 2022



CONSIDERAÇÕES A TER NO RETORNO À COMPETIÇÃO O ATLETISMO REGRESSA À PISTA DA EXCELENCIA

a) Normas de acordo com a situação atual.

- b) Medição de temperatura, desinfeção das mãos à entrada e saída da pista, obrigatório a utilização de máscara, por todos os participantes, exceto durante o aquecimento e competição.**
- c) Espaço de 3 metros entre pessoas durante a prática da competição.
O distanciamento deverá ser sempre maximizado e o período de proximidade entre atletas deverá ser o menor possível.**
- d) Não é permitido o contacto físico quer entre técnicos, funcionários e juízes.**
- e) Salto em comprimento - os atletas só têm direito a dois (2) ensaios no aquecimento.**
- f) Atletas com engenhos próprios/oficiais podem usar durante a competição (pesagem oficial na pista).**
- g) Atletas no concurso de Peso, são os próprios que recolhem os engenhos durante o aquecimento e competição (aquecimento somente 2 ensaios).**
- h) A primeira parte do aquecimento (corrida contínua) deverá ser feita fora da pista, respeitando todas as normas de segurança. A segunda parte (mobilidade) deverá ser feita num local previamente designado.**
- i) Manuseamento de blocos de partida pelo próprio atleta (aquecimento e competição).**
- j) Aconselhamos a todos os Clubes que tenham higienização para os seus atletas.**
- l) Não será permitida a entrada a qualquer participante com temperatura corporal acima de 38º.**
- m) Todos os participantes devem monitorizar a sua temperatura na semana que antecede a competição e, no caso de se encontrarem doentes, com sintomatologia que possa ser associada á infeção por COVID-19, não devem deslocar-se para a competição.**
- n) Proibição de partilha de garrafa de água.**
- o) A organização não disponibiliza pó de magnésio, ou substância similar, nem pano de limpeza para utilização dos atletas, pelo que os mesmos devem ser portadores do material referido, caso o pretendam utilizar.**
- p) As normas podem ser alteradas conforme ordens da DGS/IPDJ e FPA.**

PROGRAMA

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs.:
15H00	60 M/Bar (0,76)	Inic./Juv	Fem	Series	5 bar.(13-8,5-13)
	Peso (2 Kg)	Inf.	Fem	Final	
	Peso (3 Kg)	Inic	Fem	Final	
	Comprimento	Inf./Inic	Fem.	Final	
15H15	60 M/Bar (1,06)	Juv./Sen.	Masc	Series	5 bar. (1,06-13,72-9,14-9,72)
15H30	60 m	Benj. A	Fem	Series	
15H45	60 m	Benj. B	Fem	Series	
	Peso (3 kgs)	Juv.	Fem	Final	
	Comprimento	Juv./Sen.	Fem	Final	
16H00	60 m	Benj. A	Masc	Series	
16H10	60 m	Benj. B	Masc	Series	
16H20	60 m	Iniciados	Fem	Series	
	Altura	Juv./Sen	Masc	Final	
	Comprimento	Inic./Juv.	Masc	Final	
16H35	60 m	Iniciados	Masc	Series	
16H50	60 m	Infantis	Fem	Series	
17H00	60 m	Infantis	Masc	Series	
17H15	60 m	Juv/sen	Fem	Series	
17H30	60 m	Juv/sen	Masc	Series	
	Peso (3 Kg.)	Inf.	Masc.	Final	
	Peso (4 Kg.)	Inic.	Masc.	Final	
	Peso (5 kgs)	Juv.	Masc	Final	
17H45	200 m	Juv./Sen.	Fem	Series	
17H55	200 m	Juv./Sen.	Masc	Series	
18H10	800 m	Inic./Juv	Fem.	Series	
18H25	800 m	Inic./Juv	Masc	Series	
18H35	800 m	Jun./Sen.	Fem.	Series	
18H45	800 m	Jun./Sen.	Masc.	Series	

Regulamento

1	Esta competição realiza-se na pista da Cidade de Lourosa uma organização do Lusitânia de Lourosa Futebol Clube e destina-se a atletas filiados na Associação de Atletismo de Aveiro.
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 12 horas de quinta-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	Cada atleta nos saltos ou lançamento de Juvenis a Seniores Têm direito a 3 + 3 lançamentos.
5	Infantis/Iniciados nos saltos ou lançamentos só têm direito a 4 ensaios.
6	Os atletas da Associação de Atletismo de Aveiro devem apresentar-se com o dorsal atribuído para a época 2022
7	<p>As inscrições são feitas através da plataforma ONLINE, fpacompeticoes.pt, até à quinta-feira que antecede a competição.</p> <p>Todos os Clubes Técnicos ou atletas, terão de fazer a confirmação de participação nas suas provas, corridas ou concursos, até 60 minutos antes do horário previsto para o início da prova; passado este prazo, não haverá possibilidade de o fazer.</p>
8	Apresentação na câmara de chamada: Corridas 10 minutos e Concursos 20 minutos antes do horário previsto
9	Os atletas devem ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para a correta colocação do dorsal.
10	DORSAL indispensável para qualquer competição organizada pela Associação Atletismo de Aveiro
11	Prémios: Medalhas aos três primeiros de cada prova.