



## **ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO**

Noite Atlética Vaguense  
Pista de Atletismo Estádio Municipal de Vagos  
29 de Julho de 2020



### **CONSIDERAÇÕES A TER NO RETORNO À COMPETIÇÃO O ATLETISMO REGRESSA À PISTA DA EXCELÊNCIA**

- a) Atletas terão que apresentar o termo de responsabilidade.**
- 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 e triplo - 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 nos concursos de Lançamento de Dardo, Peso, Disco e Martelo 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.**

## Noite Atlética Vaguense

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
19H00	100 M	Juv. a Vet.	Fem.	Series	1,4 e 7 ou 2, 5 e 8 <b>12 Atletas</b> (4 séries)
	Comprimento	Juv. a Vet.	Fem.	Final	<b>8 Atletas</b> Tábua de chamada a 3 metros
	Peso (5, 6 e 7,26 Kg)	Juv. a Vet.	Masc.	Final	5 kg/3 atletas 6 kg /3 atletas 7,26 kg/4 atletas
19H25	100 M	Juv. a Vet.	Masc.	Series	1,4 e 7 ou 2, 5 e 8 <b>12 Atletas</b> (4 séries)
19H45	Comprimento	Juv. a Vet.	Masc.	Final	<b>8 Atletas</b> Tábua de chamada a 3 metros
	Disco (1 Kg.)	Juv. a Vet.	Fem.	Final	<b>8 Atletas</b>
19H50	400 M	Juv. a Vet.	Fem.	Series	1,4 e 7 ou 2, 5 e 8 <b>12 Atletas</b> (4 séries)
20H15	400 M	Juv. a Vet.	Masc.	Series	1,4 e 7 ou 2, 5 e 8 <b>12 Atletas</b> (4 séries)
	Altura	Juv. a Vet.	Fem.	Final	<b>8 Atletas</b> 1,35-1,40-1,45-1,50-1,53-1,56-1,59...
20H40	1.500 M	Juv. a Vet.	Fem.	Series	Saída de 10 em 10 segundos <b>12 Atletas</b> series de 4
21H05	1.500 M	Juv. a Vet.	Masc.	Series	Saída de 10 em 10 segundos <b>12 Atletas</b> series de 4

### Regulamento Noite Atlética Vaguense

Nº.	Designação
1	Competição a disputar na Pista de Atletismo do Estádio Municipal de Vagos, no dia 29 de Julho (Quarta-feira) de 2020
2	Estes Torneio destina-se a atletas juvenis, juniores, séniores e veteranos, masculinos e femininos, filiados na Associação de Atletismo de Aveiro e outras Associações do País.
3	Atletas de outras Associações poderão participar desde que devidamente autorizados, devendo as respetivas inscrições dar entrada na Associação de Atletismo de Aveiro até às 18 horas de segunda-feira dia 27 através do e-mail: aveiro@patletismo.org e da Associação a que pertence.
4	Todos os atletas filiados na A.A. Aveiro devem apresentar-se com o dorsal que lhes foi atribuído para a época de 2020 <b>Podem participar os atletas que preencham o número inserido nas observações em cada prova pelas melhores marcas da respetiva inscrição. Terça que antecede a competição serão divulgados os atletas inscritos e aceites.</b>
5	<b>Cada atleta pode participar em duas provas.</b>
6	<b>Nos concursos todos os atletas têm direito a quatro (4) ensaios.</b>
7	<b>Todas as corridas são disputadas por séries e contrarrelógio.</b>
8	<b>As inscrições são feitas através da plataforma ONLINE até às 18 horas de Segunda-feira que antecede a competição.</b> <b>Todos os Clubes/Técnicos ou atletas terão de fazer a confirmação na corrida ou concurso até 45 minutos antes do início da prova, após o qual não haverá possibilidade de o fazer.</b>
9	<b>Apresentação:</b> Corridas 10 minutos e Concursos 20 minutos antes do horário previsto
10	Os atletas devem ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para a correta colocação do dorsal. <b>DORSAL</b> indispensável para qualquer competição organizada pela Associação Atletismo de Aveiro.
11	<b>Os atletas serão penalizados por falta do dorsal original.</b>