



# ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE BRAGA

## CAMPEONATO INTER-ASSOCIAÇÕES DE CORTA-MATO

PARQUE DESPORTIVO E DE LAZER DE SOUTO SANTA MARIA

DOMINGO, 13 DE DEZEMBRO DE 2020

### PROGRAMA HORÁRIO:

Hora		Prova			Observações
Domingo, 13 de dezembro de 2020					
09:00	5 KM	INTER-ASSOCIAÇÕES	F	Série	2 VOLTAS GRANDES
09:30	5 KM	PROVA ABERTA	F	Série	2 VOLTAS GRANDES
10:00	7.5 KM	INTER-ASSOCIAÇÕES	M	Série	3 VOLTAS GRANDES
10:45	7.5 KM	PROVA ABERTA	M	Série	3 VOLTAS GRANDES

### REGULAMENTO | Campeonato Inter-Associações de Corta-mato:

1 – Este campeonato destina-se exclusivamente a atletas dos escalões de Juniores, Seniores e Veteranos, em representação das seleções das Associações Regionais convidadas.

2 – Cada seleção será composta por um máximo de 6 atletas femininos e 6 atletas masculinos.

3 – As Associações Regionais deverão enviar as inscrições das suas seleções para [secretaria@aabraga.pt](mailto:secretaria@aabraga.pt), até ao dia 8 de dezembro, com indicação do melhor tempo dos atletas aos 10000 metros.

4 – As classificações coletivas serão elaboradas por género, **pontuando os 4 primeiros classificados de cada Associação**. Será atribuído 1 ponto ao 1º classificado, 2 pontos ao 2º, e assim sucessivamente, ganhando a equipa com menor número de pontos. Em caso de empate, vence a equipa com o 4º atleta melhor classificado.

### REGULAMENTO | Geral:

5 - Competição a realizar-se no Parque Desportivo e de Lazer de Souto - Santa Maria, Guimarães, a 13 de dezembro de 2020.



## ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE BRAGA

**6** – Competição destinada apenas a atletas dos escalões Juniores, Seniores e Veteranos, filiados na Associação de Atletismo de Braga e nas restantes Associações Regionais da Zona Norte.

**7** - As inscrições são gratuitas e realizadas online, até ao dia 8 de dezembro de 2020, às 23:59 horas, na plataforma Portugal Athletics Results (<https://portugalathleticsresults.pt/>). Dia 9 de dezembro ainda será possível realizar a inscrição, mas terá um custo associado de 2 euros por cada prova.

**8** – Todas os atletas terão obrigatoriamente de realizar a **CONFIRMAÇÃO da sua participação**. Este processo é realizado exclusivamente online, na Plataforma Portugal Athletics Results (<https://portugalathleticsresults.pt/>), das 17h do dia 12 de dezembro até às 8h do dia 13 de dezembro (dia da competição). **Os atletas que não confirmarem presença não serão aceites em competição.**

**9** – Serão atribuídos dorsais para uso exclusivo nesta competição.

**10** – As Provas Abertas terão uma quota de participação de 40 atletas cada.

**11** - Nas provas com mais de 10 atletas inscritos, as partidas serão faseadas, com intervalos de **20 segundos** entre os grupos de atletas. Caberá ao Departamento Técnico da AAB a definição da composição dos grupos, estando os mesmos disponíveis para consulta na plataforma Portugal Athletics Results, a partir do fecho do prazo de confirmações.

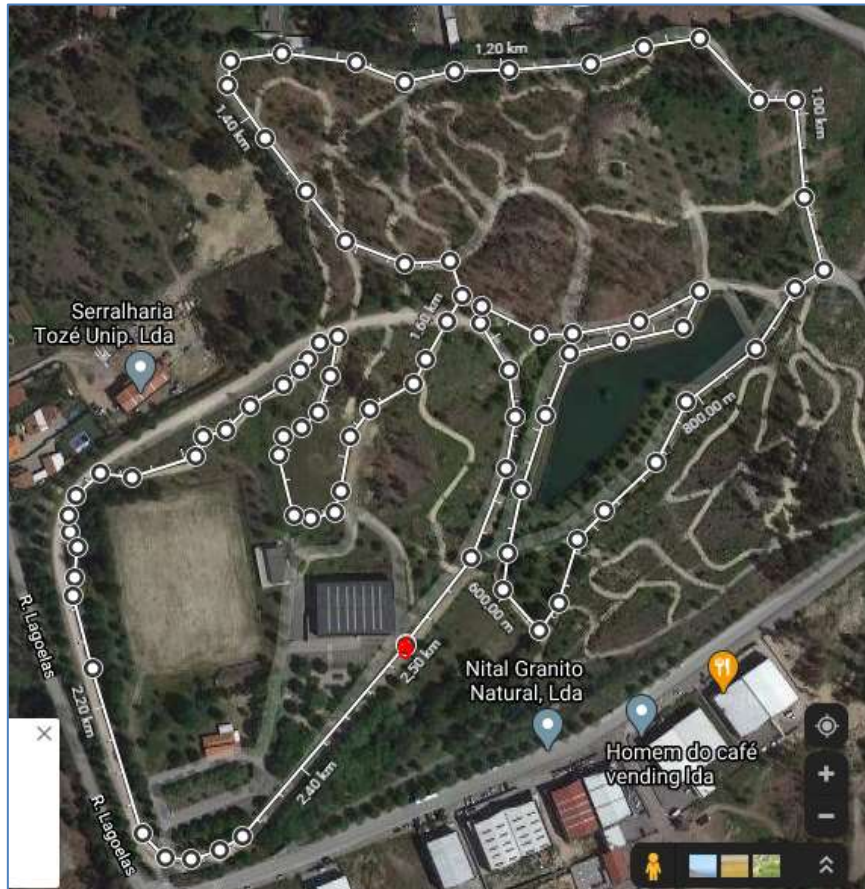
**12** - As classificações individuais serão elaboradas de acordo com os tempos líquidos.

**13** - Os percursos serão constituídos por uma "Volta Grande" (com aproximadamente 2500 metros). O troço do percurso entre a partida e chegada é de aproximadamente 150 metros.



## ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE BRAGA

Volta Grande (2.5 KM)



**13** - Os escalões etários a vigorar até 31 de dezembro de 2020 são os abaixo indicados. Contudo, caso algum atleta pretenda competir no escalão que entrará em vigor a partir de 1 de janeiro de 2021, poderá solicitá-lo ao Departamento Técnico da AAB, via e-mail ([secretaria@aabraga.pt](mailto:secretaria@aabraga.pt)).

- Juniores: Atletas nascidos em 2001 e 2002;
- Seniores: Atletas nascidos em 2000 ou antes;
- Veteranos: A partir do dia em que realizam 35 anos.

**14** - Os atletas deverão ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para correta colocação do dorsal.

**15** - Todos os atletas deverão ter o seguro desportivo e exame médico desportivo devidamente atualizado.



## ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE BRAGA

**16** - O participante, ao proceder à inscrição nesta competição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, dos direitos de utilização da sua imagem captada em fotografias/imagens que terão lugar durante o evento, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais da competição.

**17** - Casos omissos serão resolvidos de acordo com o Manual Técnico da WA, Regulamento Geral de Competições e Regulamento Geral de Competições para Jovens da FPA.

**18** - As questões de higienização e segurança na frequência do espaço e durante a competição encontram-se em documento anexo.

**19** - Este comunicado e as suas eventuais alterações poderão ser consultados na Internet no endereço: [www.aabraga.pt](http://www.aabraga.pt)



# ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE BRAGA

## PLANO DE CONTINGÊNCIA | COVID-19

**COMPETIÇÃO:** CAMPEONATO INTER-ASSOCIAÇÕES DE CORTA-MATO

**DATA:** DOMINGO, 13 DE DEZEMBRO DE 2020

**LOCAL:** PARQUE DESPORTIVO E DE LAZER DE SANTA MARIA DE SOUTO

**CONCELHO:** GUIMARÃES

### 1. COORDENAÇÃO DO PLANO E DAS AÇÕES

1.1. A coordenação do plano de contingência é responsabilidade do Presidente da Associação de Atletismo de Braga, Manuel Pacheco, e do Diretor Técnico Regional, Emanuel Brandão, que poderão ser contactados em qualquer momento para:

- Manuel Pacheco: 935576433
- Emanuel Brandão: 966453454

1.2. Qualquer ação no âmbito do plano deverá ser prontamente comunicada aos responsáveis que são quem fará a articulação que se mostrar necessária com as autoridades (serviços de saúde e Direção Geral de Saúde) e com os Clubes.

1.3. Qualquer dúvida quanto ao plano de contingência por parte interveniente na competição deverá ser esclarecida junto dos responsáveis.

### 2. ACESSO AO LOCAL DE COMPETIÇÃO

2.1. O acesso ao Parque Desportivo e de Lazer de Santa Maria de Souto será permitido apenas para os atletas, treinadores, juizes, elementos da organização e outros agentes devidamente autorizados e credenciados.

2.2. No local de entrada, será elaborado o registo de todos os agentes acima mencionados presentes na competição, bem como os seus contactos.

2.3. Todos os atletas deverão entregar o termo de responsabilidade à entrada do local, de forma a ser permitida a sua entrada.



## ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE BRAGA

- 2.4. Todos os agentes ao aceder ao local de competição serão sujeitos à medição da temperatura corporal, higienização das mãos e terão obrigatoriamente de usar máscara ou viseira.
- 2.5. Os atletas deverão ter na sua posse uma máscara descartável, que deverão utilizar até próximo do tiro de partida das suas provas.

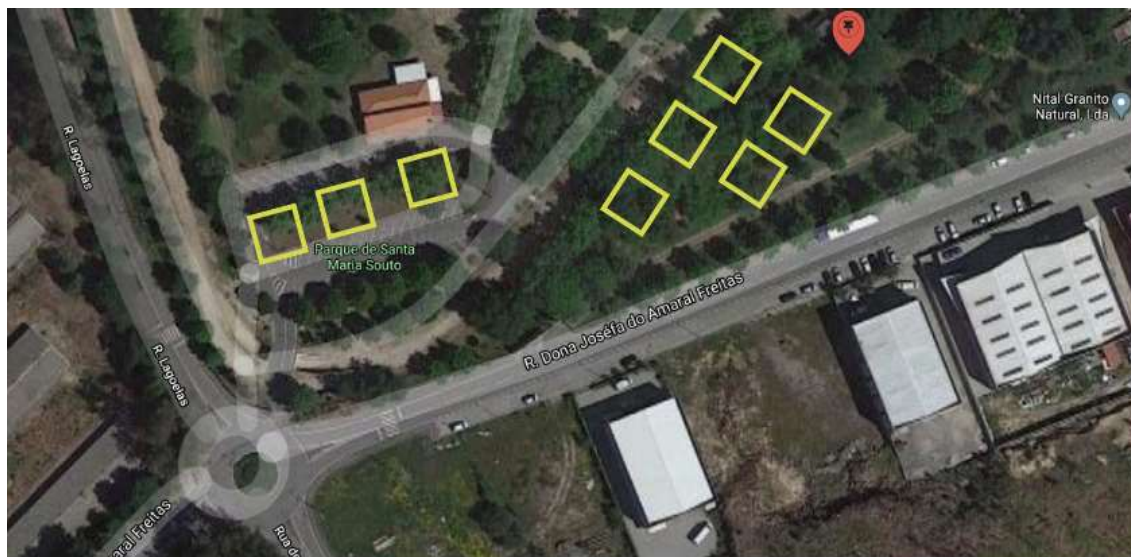


### 3. NO LOCAL DE COMPETIÇÃO

- 3.1. É obrigatório o uso de máscara ou viseira durante toda a permanência no local de competição, à exceção dos atletas no momento do aquecimento e das suas provas.
- 3.2. Recomenda-se a todos os intervenientes que durante a realização do evento mantenham o distanciamento social, etiqueta respiratória e a higienização das mãos, conforme recomendação da DGS.
- 3.3. Recomenda-se que cada equipa defina uma área para concentrar os seus atletas, com o devido distanciamento das demais equipas.
- 3.4. Não haverá balneários, pelo que os atletas deverão chegar já equipados.



# ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE BRAGA



ZONAS DE EQUIPAS



WC

## 4. PROCEDIMENTOS EM COMPETIÇÃO

- 4.1. A Zona de Partida e a Zona de Chegada estarão instaladas a cerca de 150 metros de distância uma da outra.
- 4.2. Será delimitada uma zona que servirá de antecâmara à entrada da Zona de Partida, que possibilitará a manutenção de dois metros de distância entre os atletas que iniciarão a sua prova dentro de momentos.
- 4.3. Os atletas deverão manter as máscaras colocadas até 5 minutos antes da partida, altura em que deverão colocar as máscaras em recipientes próprios colocados à entrada da Zona de Partida.
- 4.4. Na Zona de Partida, os atletas deverão preservar uma distância de segurança mínima de 1,5 metros até ao momento do tiro.
- 4.5. A Zona de Partida estará preparada para a partida de 12 atletas em simultâneo. Sempre que o número de atletas presentes em prova ultrapasse os 12 atletas, serão definidos grupos de partida. Estes grupos partirão com um intervalo de 15 segundos.



## ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE BRAGA

- 4.6. Na Zona de Chegada estarão delimitados 2 corredores de escoamento dos atletas, cada um com mais de 2 metros de largura, de forma a manter o distanciamento social.
- 4.7. No início de cada um dos 2 corredores, será entregue uma máscara a cada atleta, que a deverá colocar devidamente assim que lhe for possível.
- 4.8. A fita de meta será desinfetada antes e depois de cada utilização.



### 5. MONITORIZAÇÃO DE CASOS SUSPEITOS

- 5.1. Haverá no local um espaço isolado, devidamente identificado, para receber eventuais casos suspeitos de infeção por COVID-19.
- 5.2. Identificado algum caso suspeito, o mesmo será reencaminhado para o local designado e contactado o elemento da organização definido para essa tarefa.
- 5.3. Já no interior da área de isolamento, conforme instrução disponível na área:
  - Higienizar as mãos;
  - Colocar a máscara cirúrgica;
  - Ligar para o SNS 24 (808 24 24 24) e seguir as orientações fornecidas.