



Associação de Atletismo de Braga

Provas de Preparação

Guimarães

Pista de Atletismo Gemeos Castro

2021

quarta-feira, 16 de Dezembro de 2020

<i>Hora Início</i>	<i>Prova</i>			<i>Obs:</i>
20:00	60 M Barr. Inf. M/F-76	Ben-B a Inf	F Serie	(quota: 16 atletas) 0,76 - 12,00/7,00/13,00
	Salto em Altura	Juv a Vet	M Final	(quota: 10 atletas) progressão da fasquia: 1,40 (+5cm)
	Lançamento Peso-2Kg	Inf	F Final	(quota: 6 atletas)
	Lançamento Peso-3Kg	Ini	F Final	(quota: 6 atletas)
	Lançamento do Vortex	Ben-A a Ben-B	F Final	(quota: 8 atletas)
	Lançamento do Vortex	Ben-A a Ben-B	M Final	(quota: 8 atletas)
20:15	60 M Barr. Inf. M/F-76	Ben-B a Inf	M Serie	(quota: 16 atletas) 0,76 - 12,00/7,50/10,50
20:30	60 M Barr. Ini. Fem-76	Ini	F Serie	(quota: 16 atletas) 0,76 - 12,00/8,00/8,00
20:45	60 M Barr. Juv. Fem-76	Juv	F Serie	(quota: 16 atletas) 0,76 - 13,00/8,50/13,00
	Lançamento Peso-3Kg	Inf	M Final	(quota: 6 atletas)
	Lançamento Peso-4Kg	Ini	M Final	(quota: 6 atletas)
20:55	Salto em Comprimento	Inf a Ini	F Final	(quota: 12 atletas) Tábua: 1 metro
21:00	60 M Barr. Ini. Mas-84	Ini	M Final	(quota: 16 atletas) 0,84m - 13,00/8,50/13,00
	Salto em Altura	Juv a Vet	F Final	(quota: 10 atletas) progressão da fasquia: 1,25 (+5cm)
21:15	60 M Barr. Juv. Mas-91	Juv	M Serie	(quota: 16 atletas) 0,91 - 13,72/9,14/9,72
21:30	500 Metros	Ben-A a Ben-B	F Serie	(quota: 8 atletas)
	500 Metros	Ben-A a Ben-B	M Serie	(quota: 8 atletas)
21:40	600 Metros	Inf a Ini	F Serie	(quota: 24 atletas)
	Salto em Comprimento	Inf a Ini	M Final	(quota: 12 atletas) Tábua: 1 metro
21:50	600 Metros	Inf a Ini	M Serie	(quota: 24 atletas)
22:00	800 Metros	Juv a Vet	F Serie	(quota: 24 atletas)
22:10	800 Metros	Juv a Vet	M Serie	(quota: 24 atletas)



Associação de Atletismo de Braga

Provas de Preparação

Guimarães

Pista de Atletismo Gemeos Castro

2021

Regulamento

- 1 *Competição a disputar na Pista de Atletismo Gemeos Castro, no dia 16 de dezembro de 2020.*
- 2 *A competição destina-se a atletas Benjamins a Veteranos, em representação dos clubes filiados na Associação de Atletismo de Braga.*
- 3 *Cada atleta poderá participar em 2 (duas) provas.*
- 4 *As inscrições são gratuitas e realizadas online, até ao dia 13 de dezembro de 2020, às 23:59 horas na plataforma Portugal Athletics Results (<https://portugalathleticsresults.pt/>). Dia 14 de dezembro, ainda será possível realizar a inscrição, mas terá um custo associado de 2 euros por cada prova.*
*Obrigatoriamente, todos os atletas têm de efetuar a **confirmação de presença** em todas as provas em que participam, até 1 hora antes da respetiva prova. As confirmações fazem-se online, na plataforma eletrónica Portugal Athletics Results, por método idêntico ao processo de inscrições, a partir das 12h00 do dia da competição. Depois de confirmar a participação, confirmar se na lista de inscritos aparece CONFIRMADO. Um atleta que não confirme a sua participação NÃO SERÁ ADMITIDO EM COMPETIÇÃO.*
- 5 *As marcas colocadas na plataforma de inscrições, devem ter sido obtidas, desde 1 de novembro de 2019 até à presente data.*
- 6 *Na eventualidade das quotas de participação serem ultrapassadas pelo número de inscrições, em determinada prova, as listagens de atletas admitidos em competição ficarão disponíveis até 48 horas antes do início da competição.*
- 7 *Os atletas da AA Braga deverão realizar a competição com o seu **Dorsal Pessoal**, caso não o possuam deverão solicitar o mesmo à AA Braga (se já lhe foi entregue e o perderam, pagarão 2 euros pela 2ª via).*
- 8 *Os atletas Benjamins e Infantis que participem numa corrida de distância igual ou superior a 150 metros não podem participar em mais nenhuma corrida que se dispute posteriormente nessa jornada. No entanto, os atletas que participem numa prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 600 metros não podem participar em mais nenhuma prova (marcha, concurso ou corrida) que se dispute posteriormente nessa jornada.*
- 9 *Os atletas Iniciados que participem numa corrida ou prova de marcha de distância igual ou superior a 250 metros, não poderão participar em mais nenhuma corrida, prova de marcha ou concurso dessa jornada que se venha a realizar posteriormente, podendo participar noutras que se realizem antes.*
- 10 *Os atletas Juvenis que participem em corridas ou provas de marcha de distância igual ou superior a 300 metros, não poderão participar posteriormente nessa jornada noutra corrida, prova de marcha ou concurso.*
- 11 *Em qualquer um dos escalões (Benjamins a Juvenis), no caso de um atleta se encontrar a participar numa eliminatória de uma prova de corrida ou concurso, que se realize antes da corrida ou prova de marcha de distância igual ou superior à sua distância limite, não poderá participar posteriormente nos ensaios que ainda faltarem no concurso ou na final que se realizem após esta prova.*
- 12 *Nos concursos todos os atletas terão direito a 4 ensaios.*
- 13



Associação de Atletismo de Braga

Provas de Preparação

Guimarães

Pista de Atletismo Gemeos Castro

2021

- 14 *Os escalões etários a vigorar a partir de 1 de janeiro de 2021 são os seguintes:*
Benjamins A: Atletas nascidos em 2012, 2013 e 2014
Benjamins B: Atletas nascidos em 2010 e 2011;
Infantis: Atletas nascidos em 2008 e 2009;
Iniciados: Atletas nascidos em 2006 e 2007;
Juvenis: Atletas nascidos em 2004 e 2005;
Juniiores: Atletas nascidos em 2002 e 2003;
Seniores: Atletas nascidos em 2001 ou antes;
Veteranos: A partir do dia em que realizam 35 anos.
- 15 *Os atletas que pretendam competir com os escalões em vigor até 31 de dezembro de 2020, deverão solicitar a sua intenção para o DTR de Braga.*
- 16 *Os atletas deverão ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para correta colocação do dorsal.*
- 17 *Todos os atletas deverão ter também o seguro desportivo e exame médico desportivo devidamente atualizado.*
- 18 *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.*
- 19 *A organização da competição reserva-se ao direito de antecipar o programa horário em pelo menos 20 (vinte) minutos, caso o desenrolar da competição assim o necessite. Esta antecipação será anunciada com pelo menos 50 (cinquenta) minutos relativamente ao horário original.*
- 20 ***De forma a cumprir as regras da DGS, apenas terão direito a estar nas bancadas a assistir/dar apoio à competição, dois (2) dirigentes por clube e os respetivos treinadores.***
- 21 *As questões de higienização e segurança na frequência do espaço e durante a competição encontram-se em documento anexo.*
- 22 *No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da FPA.*
- 23 *Este comunicado e as suas eventuais alterações poderão ser consultados na Internet no endereço: www.aabraga.pt*