

Hora	Prova	Género	Escalões	Confirmação até	Observações
20:00	60 metros - eliminatórias	F	JUV a VET	19:00	máx: 6 series
20:00	Salto em Altura	M	JUV a VET	19:00	máx: 12 atletas
20:00	Salto em Comprimento	F	JUV a VET	19:00	máx: 14 atletas
20:15	Lançamento do Peso 3kg	F	JUV	19:15	máx: 6/8 atletas
20:15	Lançamento do Peso 4kg	F	JUN a VET	19:15	máx: 6/8 atletas
20:30	60 metros - eliminatórias	M	JUV a VET	19:30	máx: 6 series
21:00	800 metros	F	JUV a VET	20:00	máx: 3 series
21:20	800 metros	M	JUV a VET	20:20	máx: 3 series
21:40	60 metros - final B	F	JUV a VET	20:40	
21:45	60 metros - final A	F	JUV a VET	20:45	
21:45	Lançamento do Peso 5kg	M	JUV	20:45	máx: 4/6 atletas
21:45	Lançamento do Peso 6kg	M	JUN	20:45	máx: 4/6 atletas
21:45	Lançamento do Peso 7.26kg	M	SUB-23 a VET	20:45	máx: 4/6 atletas
21:50	60 metros - final B	M	JUV a VET	20:50	
21:55	60 metros - final A	M	JUV a VET	20:55	
22:00	3000 metros	F	JUV a VET	21:00	máx: 2 series
22:00	Salto em Altura	F	JUV a VET	21:00	máx: 12 atletas
22:00	Salto em Comprimento	M	JUV a VET	21:00	máx: 14 atletas
22:30	3000 metros	M	JUV a VET	21:30	máx: 3 series
23:10	200 metros	F	JUV a VET	22:10	máx: 5 series
23:30	200 metros	M	JUV a VET	22:30	máx: 5 series

1. Competição: A disputar na pista de atletismo do Altice Fórum Braga, em Braga, na noite de 26 de janeiro de 2022.

2. Normas de Segurança: (a participação de todos os agentes desportivos fica sujeita ao cumprimento das normas que constam nos Planos de Contingência e de Circulação publicados em www.aabraga.pt):

- Teste covid negativo obrigatório para todos os agentes desportivos, para acesso ao pavilhão (Testes PCR até 72 horas, testes antigénio até 48 horas), exceção para os agentes com certificados de recuperação.
- Uso de máscara obrigatório por todas as pessoas com acesso ao recinto (atletas, treinadores, dirigentes e staff);
- Os atletas poderão retirar a máscara apenas durante a corrida do seu aquecimento e antes da sua prova. É obrigatório o uso de máscara:
 - Até instantes antes do início da corrida de aquecimento;
 - Logo após o término da corrida de aquecimento;
 - Nas corridas: Até ao alinhamento para a partida (um elemento do staff percorrerá a linha de partida com recipiente próprio para a colocação das máscaras); e logo após a chegada (será fornecida uma máscara a todos os atletas na zona da meta);
 - Nos concursos: no período de espera entre ensaios e logo após o final do último ensaio;

3. Participação: Atletas filiados na época desportiva 2021-2022:

- dos escalões: de Juvenis a Veteranos;
- em representação de clubes da Associação de Atletismo de Braga (AAB) ou com filiação individual na AAB;
- em representação de clubes de outras Associações Regionais ou com filiação individual, quando autorizados pelo Departamento Técnico da AAB.

4. Inscrição: Realizada obrigatoriamente na plataforma online [FPA Competições](#), até:

- 23 de janeiro de 2022 (domingo).
- de forma gratuita para os atletas da AA Braga (devem ignorar qualquer guia de pagamento);
- com um custo de 2,5 euros por prova a todos os atletas fora da AA Braga.

5. Melhores Marcas: No momento da inscrição, os atletas deverão indicar a melhor marca obtida na prova em que se inscrevem, no período de **1 de novembro de 2020** à data da competição. Caso não apareça a indicação da melhor marca, os atletas devem comprovar obrigatoriamente a marca que colocaram, indicando em “Notas” o local e data de obtenção da marca ou, em alternativa, fazer upload de um comprovativo da mesma. Marcas que não sejam devidamente comprovadas não serão consideradas.

6. Atletas admitidos: Tendo em conta a segurança de todos os participantes e zelando pelo bom desenrolar das provas, a organização reserva-se no direito de definir um limite de participantes por prova. Caso exista essa necessidade será elaborada uma lista de atletas admitidos por prova, tendo em conta os seguintes critérios: 1- atletas da AA Braga; 2- melhores marcas dos atletas inscritos.

- A lista de atletas admitidos em competição será divulgada durante o dia 24 de janeiro.
- O Departamento Técnico da AAB reserva-se no direito de autorizar a participação de outros atletas que possam não ter acesso, pelo critério acima mencionado, sempre que achar adequado.
- Atletas não admitidos mas com inscrições já pagas podem solicitar o reembolso da mesma, para secretaria@aabraga.pt

7. Confirmações: Todos os atletas devem efetuar a confirmação de presença em todas as provas em que participam, até 1 hora antes das respetivas provas. As confirmações são realizadas online, em [FPA Competições](#), por método idêntico às inscrições, a partir das 11h do dia da competição.

- Depois de confirmarem presença, os atletas devem verificar se na lista de inscritos aparece CONFIRMADO. Um atleta que não confirme a sua participação, não será admitido em competição;

8. Penalizações: Serão impedidos de participar em futuras competições organizadas pela AAB, atletas que não tenham pago o valor relativo ao seu incumprimento:

- Confirmam a sua presença e não compareçam à respetiva prova, sem justificação válida - 5 euros;
- Se inscrevam e não compareçam à respetiva prova, sem aviso prévio de falta (até 24h antes do início da competição) - 3 euros.

9. Dorsais: Todos os atletas da Zona Norte deverão utilizar os seus Dorsais Anuais:

- Atletas da AAB que tenham perdido ou esquecido o dorsal anual, pagarão 1,5 euros pela 2ª via, no secretariado da competição;
- Atletas das outras Associações da Zona Norte que tenham perdido ou esquecido o dorsal anual, pagarão 1,5 euros por dorsal para utilizar na competição;
- Aos atletas extra Zona Norte ser-lhes-á atribuído um dorsal para uso exclusivo na competição;

10. Câmara de Chamada: Todos os atletas devem apresentar-se na Câmara de Chamada até:

- 50 minutos antes do início do Salto com Vara;
- 30 minutos antes do início dos concursos (restantes Saltos e Lançamento do Peso);
- 10 minutos antes do início das corridas.

11. Normas Técnicas:

- Cada atleta poderá participar num máximo de 2 provas;
- Para as finais de 60 metros serão apurados os 16 melhores tempos das eliminatórias, sendo que os 8 melhores disputarão a final A e os 8 seguintes a final B;
- No salto em comprimento e lançamento do peso, todos os atletas terão direito a 4 ensaios;
- Progressão das fasquias:
 - Salto em Altura feminino: 1,26 (+6cm) - 1,50 (+5cm) - 1,65 (+3cm)
 - Salto em Altura masculino: 1,46 (+6cm) - 1,70 (+5cm) - 1,90 (+3cm)

12. Escalões: Os escalões etários a vigorar serão os referentes ao ano civil de 2022:

- Juvenis: Atletas nascidos em 2005 e 2006;
- Juniores: Atletas nascidos em 2003 e 2004;
- Sub-23: Atletas nascidos em 2000, 2001 e 2002;
- Seniores: Atletas nascidos em 1999 e em diante;
- Veteranos: Atletas com 35 ou mais anos;

13. Responsabilidade: a inscrição na competição implica o conhecimento e aceitação do risco de saúde inerente à participação, sendo a decisão tomada em consciência pelo próprio atleta ou pelo seu representante legal;

14. Outros:

- Todos os atletas deverão ter também o seguro desportivo e exame médico desportivo devidamente atualizado;
- Os atletas deverão ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para correta colocação do dorsal;
- 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;
- 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;
- Eventuais atualizações deste regulamento serão publicadas em www.aabraga.pt;
- No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da FPA.