



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE BRAGA



CAMPEONATO ABSOLUTO DO NORTE

CAMPEONATO REGIONAL ABSOLUTO A.A.BRAGA

1 e 2 de JULHO de 2022

Programa horário:

Jornada 1:

1 de Julho, Estádio 1º de Maio - Braga

Hora	Prova	Escalões	Género	Tipo	Observações	Quota
20:00	100 metros	Juv a Vet	F	Elim.		40
20:00	Salto em Altura	Juv a Vet	F	Final		15
20:00	Salto em Comprimento	Juv a Vet	M	Final		15
20:00	L. Martelo 4kg	Jun a Vet	F	Final	Centro de Lançamentos	15
20:20	100 metros	Juv a Vet	M	Elim.		40
20:40	1.500 metros	Juv a Vet	F	Series		45
21:00	1.500 metros	Juv a Vet	M	Series		45
21:20	100 metros	Juv a Vet	F	Final B		-
21:25	100 metros	Juv a Vet	F	Final A		-
21:30	100 metros	Juv a Vet	M	Final B		-
21:35	100 metros	Juv a Vet	M	Final A		-
21:45	3.000m Obstáculos	Jun a Vet	F	Series	0,76	20
22:00	Salto em Comprimento	Juv a Vet	F	Final		15
22:00	L. Dardo 800gr	Juv a Vet	M	Final		15
22:05	3.000m Obstáculos	Jun a Vet	M	Series	0,91	20
22:15	L. Peso 7,26kg	Juv a Vet	M	Final	Setor fora do Estádio	15
22:20	400 metros	Juv a Vet	F	Series		40
22:40	400 metros	Juv a Vet	M	Series		40
23:00	4x100 metros	Juv a Vet	F	Series		-
23:10	4x100 metros	Juv a Vet	M	Series		-

Jornada 2:

2 de Julho, Pista de Atletismo Gémeos Castro - Guimarães

Hora	Prova	Escalões	Género	Tipo	Observações	Quota
09:00	10.000m Marcha	Juv a Vet	F	Series		20
09:00	Salto com Vara	Juv a Vet	M	Final		15
10:00	10.000m Marcha	Juv a Vet	M	Series		20
11:00	Salto com Vara	Juv a Vet	F	Final		15



Jornada 3:

2 de Julho, Estádio 1º de Maio - Braga

Hora	Prova	Escalões	Género	Tipo	Observações	Quota
17:30	100m barreiras	Juv a Vet	F	Elim.	0,84	40
17:30	L. Peso 4kg	Juv a Vet	F	Final	Setor fora do Estádio	15
17:45	L. Martelo 7,26kg	Jun a Vet	M	Final	Centro de Lançamentos	15
17:50	110m barreiras	Juv a Vet	M	Elim.	1,067	40
18:00	Triplo Salto	Juv a Vet	M	Final		15
18:10	400m barreiras	Juv a Vet	F	Series	0,76	24
18:25	400m barreiras	Juv a Vet	M	Series	0,91	24
18:35	L. Dardo 600gr	Juv a Vet	M	Final		15
18:40	200 metros	Juv a Vet	F	Elim.		40
19:00	200 metros	Juv a Vet	M	Elim.		40
19:00	L. Disco 2kg	Juv a Vet	M	Final	Centro de Lançamentos	15
19:20	800 metros	Juv a Vet	F	Series		40
19:40	800 metros	Juv a Vet	M	Series		40
20:00	100m barreiras	Juv a Vet	F	Final		-
20:00	Salto em Altura	Juv a Vet	M	Final		15
20:00	Triplo Salto	Juv a Vet	F	Final		15
20:10	110m barreiras	Juv a Vet	M	Final		-
20:20	200 metros	Juv a Vet	F	Final B		-
20:25	200 metros	Juv a Vet	F	Final A		-
20:30	L. Disco 1kg	Juv a Vet	F	Final	Centro de Lançamentos	15
20:30	200 metros	Juv a Vet	M	Final B		-
20:35	200 metros	Juv a Vet	M	Final A		-
20:45	5.000 metros	Jun a Vet	F	Series		20
21:05	5.000 metros	Jun a Vet	M	Series		20
21:25	4x400 metros	Juv a Vet	F	Series		-
21:35	4x400 metros	Juv a Vet	M	Series		-

Regulamento:

1. Competição: A disputar na Pista de Atletismo do Estádio 1º de Maio, em Braga, nas tardes/noites dos dias 1 e 2 de julho de 2022, e na manhã de 2 de julho na Pista de Atletismo Gémeos Castro, em Guimarães.

2. Campeonatos: Nesta competição estarão em disputa os Campeonatos Absolutos do Norte e o Campeonato Regional Absoluto da Associação de Atletismo de Braga.

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

- dos escalões: de Juvenis a Veteranos;
- em representação de clubes das Associações de Atletismo Regionais da Zona Norte;



- 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 29 de junho de 2022 (quarta feira).

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: De forma a zelar pelo bom desenrolar das provas, foram definidas quotas de participação por prova. Caso as inscrições excedam a o número de atletas definidos na quota, os atletas serão seleccionados tendo em conta os seguintes critérios:

- 1- melhores marcas de inscrição entre os atletas da Zona Norte;
- 2- melhores marcas de inscrição entre os restantes atletas inscritos.

A lista de atletas admitidos em competição será divulgada durante o dia 30 de junho. 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.

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 primeiro 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;

As confirmações dos elementos que constituem as **estafetas** também têm de ser realizadas online, assim como a indicação dos percursos de cada atleta;

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:

- 1h e 15 minutos antes do início do Salto com Vara;
- 45 minutos antes do início dos restantes concursos (Saltos e Lançamentos);
- 10 minutos antes do início das corridas.

11. Normas Técnicas:

- Cada atleta pode realizar o máximo de 4 provas, 2 em cada jornada, desde que uma seja a prova de estafeta; tendo em conta o regulamento geral de competições;
- As eliminatórias e séries serão elaboradas segundo as marcas de inscrição, sendo que a 1ª eliminatória/série será constituída pelos atletas com melhores marcas;
- Para as finais de 100 metros e 200 metros serão apurados os 8 melhores tempos, no conjunto das eliminatórias, para a Final A e os 8 melhores tempos seguintes para a Final B;
- Para as finais de 100/110m barreiras serão apurados os 8 melhores tempos, no conjunto das eliminatórias;
- Nas provas de lançamentos e saltos horizontais, todos os atletas terão direito a 3 ensaios, tendo os 8 melhores referentes ao campeonato direito a mais 3 ensaios;
- As progressões das fasquias serão definidas após o encerramento das inscrições.

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. Classificações Coletivas: Serão apuradas classificações coletivas por género tanto no Campeonato da Zona Norte como no Regional da AAB. Sendo que serão atribuídos 8 pontos ao primeiro classificado por prova, 7 pontos ao 2º e assim sucessivamente. Vence a equipa que somar o maior número de pontos. Em caso de empate, decide-se a favor da equipa com maior nº de primeiros lugares, persistindo o empate contabiliza-se o nº de 2ºs lugares e assim sucessivamente.



14. 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;

15. 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.