

II NOITE ATLÉTICA

ESTÁDIO 1º DE MAIO, BRAGA | 14 DE JUNHO DE 2023



PROGRAMA HORÁRIO:

Hora	Prova				Observações
Quarta-feira, 14 de junho de 2023					
19:30	60 metros	Sub 12 a Sub 14	F	Séries	
19:50	60 metros	Sub 12 a Sub 14	M	Séries	
20:00	1500 metros	Sub 18 a Vet	F	Séries	
	Peso (3Kg)	Sub 16 a Sub 18	F	Final	
	Peso (4Kg)	Sub 20 a Vet	F	Final	
	Comprimento	Sub 18 a Vet	F	Final	Tábua de 2 m
	Altura	Sub 18 a Vet	M	Final	a)
20:10	1500 metros	Sub 18 a Vet	M	Séries	
20:25	100 metros	Sub 18 a Vet	F	Séries	
20:45	100 metros	Sub 18 a Vet	M	Séries	
21:10	300m Barreiras 0,76	Sub 16 a Sub 18	F	Séries	50m/35m/40m
21:20	300m Barreiras 0,84	Sub 16 a Sub 18	M	Séries	50m/35m/40m
21:30	400m Barreiras 0,76	Sub 20 a Vet	F	Séries	50m/35m/40m
	Peso 5Kg	Sub 16 a Sub 18	M	Final	
	Peso 6Kg	Sub 20	M	Final	
	Peso 7,26Kg	Sub 23 a Vet	M	Final	
	Comprimento	Sub 18 a Vet	M	Final	Tábua de 2 m
	Altura	Sub 18 a Vet	F	Final	b)
21:40	400m Barreiras 0,91	Sub 20 a Vet	M	Séries	50m/35m/40m
21:50	200 metros	Sub 18 a Vet	F	Séries	
22:10	200 metros	Sub 18 a Vet	M	Séries	
22:30	5.000 metros	Sub 20 a Vet	F	Séries	
22:50	5.000 metros	Sub 20 a Vet	M	Séries	

a) **Masculinos:** 1,51; 1,58; 1,65; 1,70; ... 5 em 5 até 3 atletas depois de 3 em 3 cm

b) **Femininos:** 1,31; 1,38; 1,45; ... 5 em 5 até 3 atletas depois de 3 em 3 cm

II NOITE ATLÉTICA

ESTÁDIO 1º DE MAIO, BRAGA | 14 DE JUNHO DE 2023



REGULAMENTO:

1 - Competição: A disputar na Pista de atletismo do Estádio 1º de Maio, em Braga, na noite de quarta feira, 14 de junho de 2023.

2 - Participação: A competição destina-se a atletas dos escalões de Sub-12 a Masters da AAB e de outras associações regionais.

3 - Inscrições: Realizadas obrigatoriamente na plataforma online FPA Competições (<https://fpacompeticoes.pt/2/associacao>), até:

- **12 de junho de 2023 (segunda-feira).**
- de forma gratuita para todos os atletas;

4 – 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 2021 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.

5 – Dorsais: Todos atletas da Zona Norte deverão utilizar o **dorsal de época da sua Associação.**

- Atletas 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;

6 - Confirmações: Todos os atletas devem efetuar a confirmação de presença em todas as provas em que participam.

As confirmações são realizadas online, em FPA Competições, por método idêntico às inscrições, **a partir das 12h do dia da competição, até 1 hora antes das respetivas provas.** 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.

II NOITE ATLÉTICA

ESTÁDIO 1º DE MAIO, BRAGA | 14 DE JUNHO DE 2023



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

- 45 minutos antes do início dos concursos (Saltos e Lançamentos);
- 15 minutos antes do início das corridas.

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 – Normas Técnicas:

- **Nas corridas**, a constituição das series será realizada com base nos tempos de inscrição dos atletas, sendo a primeira serie/eliminatória aquela que tem os atletas com melhores marcas de inscrição.
- **No lançamento do peso e salto em comprimento**, se o número de atletas em prova for igual ou inferior a 8, serão realizados 3+3 ensaios; caso ultrapasse os 8, todos os atletas terão direito a 4 ensaios.
- **No salto em altura**, as fasquias iniciais e as progressões serão as seguintes:
Femininos: 1,31; 1,38; 1,45; ... 5 em 5 até 3 atletas depois de 3 em 3 cm
Masculinos: 1,51; 1,58; 1,65; 1,70; ... 5 em 5 até 3 atletas depois de 3 em 3 cm
- Cada atleta poderá participar num máximo de 2 provas.

10 - Escalões: Os escalões etários a vigorar serão os referentes ao ano civil de 2023:

- Sub-12: Atletas nascidos em 2012 e 2013;
- Sub-14: Atletas nascidos em 2010 e 2011;
- Sub-16: Atletas nascidos em 2008 e 2009;
- Sub-18: Atletas nascidos em 2006 e 2007;
- Sub-20: Atletas nascidos em 2004 e 2005;
- Sub-23: Atletas nascidos em 2001, 2002 e 2003;
- Seniores: Atletas nascidos em 2000 e em diante;
- Masters: Atletas com 35 ou mais anos.

II NOITE ATLÉTICA

ESTÁDIO 1º DE MAIO, BRAGA | 14 DE JUNHO DE 2023



11 - 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;

12 - Outros:

- Todos os atletas deverão ter 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;