

## II NOITE ATLÉTICA



ESTÁDIO 1º DE MAIO - BRAGA | 16 DE JULHO DE 2025

### PROGRAMA HORÁRIO:

| Hora                                     | Prova          |              |       |        | Observações      |
|--|----------------|--------------|-------|--------|------------------|
| <b>Quarta-feira, 16 de julho de 2025</b> |                |              |       |        |                  |
| <b>20:00</b>                             | 100m barreiras | S18 a Master | F     | Series | 0.76             |
|  | Comprimento    | S18 a Master | M     | Final  |                  |
|  | Dardo          | S18 a Master | F     | Final  | 600 gr           |
| <b>20:15</b>                             | 110m barreiras | S18 a S20    | M     | Series | 1.00             |
| <b>20:25</b>                             | 110m barreiras | S20 a Master | M     | Series | 1.06             |
| <b>20:30</b>                             | Vara           | S18 a Master | F + M | Final  | Máx: 6+6 atletas |
| <b>20:40</b>                             | 100 metros     | S18 a Master | F     | Series |                  |
| <b>21:00</b>                             | 100 metros     | S18 a Master | M     | Series |                  |
| <b>21:20</b>                             | 1.500 metros   | S18 a Master | F     | Series |                  |
|  | Dardo          | S18 a Master | M     | Final  | 800 gr           |
| <b>21:30</b>                             | Comprimento    | S18 a Master | F     | Final  |                  |
| <b>21:40</b>                             | 1.500 metros   | S18 a Master | M     | Series |                  |
| <b>22:00</b>                             | 400 metros     | S18 a Master | F     | Series |                  |
| <b>22:20</b>                             | 400 metros     | S18 a Master | M     | Series |                  |

### REGULAMENTO:

**1 - Competição:** A disputar na pista de atletismo do Estádio 1º de Maio, em Braga, no dia 16 de julho de 2025.

**2 - Participação:** A competição destina-se a atletas dos escalões de Sub-18 a masters da Associação de Atletismo de Braga, atletas de outras Associações Regionais portuguesas autorizados.

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

- Até 14 de julho de 2025 (segunda-feira).
- de forma gratuita para todos os atletas.

**4 – Melhores marcas:** No momento da inscrição, os atletas deverão indicar a melhor marca obtida nas respetivas provas, no período de 1 de novembro de 2023 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

## II NOITE ATLÉTICA

ESTÁDIO 1º DE MAIO - BRAGA | 16 DE JULHO DE 2025

---



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 **até 1 hora antes das respetivas provas**

As confirmações são realizadas online, em FPA Competições, por método idêntico às inscrições, a partir das 12h do 1º 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.

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

- 15 minutos antes do início das corridas.
- 45 minutos antes do início dos concursos (Saltos e Lançamentos);
- 1 hora antes do início do Salto com vara

**8 – Normas Técnicas:**

- Em função do número de atletas inscritos o programa horário pode sofrer alterações.
- Cada atleta poderá participar num máximo de 2 provas.
- As corridas são disputadas por series, a primeira serie será com os atletas com melhores tempos de inscrição;
- No salto em comprimento todos os atletas terão direito a 4 ensaios.

**9 – Escalões:** Os escalões etários a vigorar serão os referentes ao ano civil de 2025:

- **Sub-18:** Atletas nascidos em 2008 e 2009;
- **Sub-20:** Atletas nascidos em 2006 e 2007;
- **Sub-23:** Atletas nascidos em 2003, 2004 e 2005;
- **Seniores:** Atletas nascidos em 2002 ou antes;

## II NOITE ATLÉTICA

ESTÁDIO 1º DE MAIO - BRAGA | 16 DE JULHO DE 2025

---



- **Masters:** Atletas com 35 ou mais anos;

**10 - 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;

### 11 - 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;
- Os casos omissos neste regulamento serão decididos pelo Delegado Técnico e Diretor da Competição, em concordância com o Regulamento Geral de Competições.
- Eventuais atualizações deste regulamento serão publicadas em [www.aabraga.pt](http://www.aabraga.pt);