

TORNEIO DE PREPARAÇÃO DE LANÇAMENTOS

CENTRO DE LANÇAMENTOS DR. BRAGA DOS ANJOS

ESTÁDIO 1º DE MAIO - BRAGA | 13 DE DEZEMBRO DE 2025



PROGRAMA HORÁRIO:

Hora		Prova			Observações
Sábado, 13 de dezembro de 2025					
09:00	Martelo 2Kg	S14	F	Final	Centro de Lançamentos
	Martelo 3kg	S16 e S18	F	Final	Centro de Lançamentos
	Martelo 4kg	S20 a Master	F	Final	Centro de Lançamentos
	Peso 3kg	S14	M	Final	Setor fora do Estádio
	Peso 4kg	S16	M	Final	Setor fora do Estádio
	Peso 5kg	S18	M	Final	Setor fora do Estádio
	Peso 6Kg	S20	M	Final	Setor fora do Estádio
	Peso 7,260kg	S23 a Master	M	Final	Setor fora do Estádio
10:40	Martelo 3kg	S14	M	Final	Centro de Lançamentos
	Martelo 4kg	S16	M	Final	Centro de Lançamentos
	Martelo 5Kg	S18	M	Final	Centro de Lançamentos
	Martelo 6Kg	S20	M	Final	Centro de Lançamentos
	Martelo 7,26kg	S23 a Master	M	Final	Centro de Lançamentos
	Peso 2kg	S14	F	Final	Setor fora do Estádio
	Peso 3kg	S16 a S18	F	Final	Setor fora do Estádio
	Peso 4kg	S20 a Master	F	Final	Setor fora do Estádio
11:20	Disco 600g	S14	F	Final	Centro de Lançamentos
	Disco 750g	S16	F	Final	Centro de Lançamentos
	Disco 1kg	S18 a master	F	Final	Centro de Lançamentos
	Dardo 400g	S12 e S14	M	Final	Estádio 1º de Maio
	Dardo 700g	S18	M	Final	Estádio 1º de Maio
	Dardo 800g	S20	M	Final	Estádio 1º de Maio
	Dardo 800g	S23 a Master	M	Final	Estádio 1º de Maio
13:00	Disco 750g	S14	M	Final	Centro de Lançamentos
	Disco 1kg	S16	M	Final	Centro de Lançamentos
	Disco 1,5kg	S18	M	Final	Centro de Lançamentos
	Disco 1,750kg	S20	M	Final	Centro de Lançamentos
	Disco 2kg	S23 a Master	M	Final	Centro de Lançamentos
	Dardo 400g	S12 e S14	F	Final	Estádio 1º de Maio
	Dardo 500g	S16 e S18	F	Final	Estádio 1º de Maio
	Dardo 600g	S20 a Master	F	Final	Estádio 1º de Maio

TORNEIO DE PREPARAÇÃO DE LANÇAMENTOS

CENTRO DE LANÇAMENTOS DR. BRAGA DOS ANJOS

ESTÁDIO 1º DE MAIO - BRAGA | 13 DE DEZEMBRO DE 2025



REGULAMENTO:

1 - Competição: A disputar na pista de atletismo do Estádio 1º de Maio e no Centro de Lançamentos Dr. Braga dos Anjos, em Braga, no dia 13 de dezembro de 2025.

2 - Participação: A competição destina-se a atletas dos escalões de Sub-14 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 10 de dezembro de 2025 (quarta-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 janeiro de 2024 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 **até 45 minutos antes das respetivas provas de forma PRESENCIAL, no local da sua prova**.

Um atleta que não confirme a sua participação, não será admitido em competição.

7 - Câmara de Chamada: Todos os atletas devem apresentar-s no local do seu concurso até 45 minutos antes do inicio do concurso.

TORNEIO DE PREPARAÇÃO DE LANÇAMENTOS

CENTRO DE LANÇAMENTOS DR. BRAGA DOS ANJOS

ESTÁDIO 1º DE MAIO - BRAGA | 13 DE DEZEMBRO DE 2025



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.
- Caso o número atletas seja superior a 12 no conjunto das provas à mesma hora: 4 ensaios para todos; caso contrário: 3+3, sem alterar a ordem.
- Atletas extra só realizam 3 ensaios.
- Atletas Master podem participar na prova com o engenho da sua "idade" desde que o manifestem essa intenção via e-mail para: secretaria@aabraga.pt , até ao fecho das inscrições.

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

- **Sub-14:** Atletas nascidos em 2012 e 2013;
- **Sub-16:** Atletas nascidos em 2010 e 2011;
- **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;
- **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;

TORNEIO DE PREPARAÇÃO DE LANÇAMENTOS

CENTRO DE LANÇAMENTOS DR. BRAGA DOS ANJOS

ESTÁDIO 1º DE MAIO - BRAGA | 13 DE DEZEMBRO DE 2025



- 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;