

Hora	Prova	Género	Escalões	Confirmação até	Observações
09:30	50 metros	M	BENJ A	08:40	
09:30	50 metros	F	BENJ A	08:40	
09:40	60 metros	F	BENJ B a INF	08:40	
09:50	60 metros	M	BENJ B a INF	08:50	
10:00	80 metros	F	INI	09:00	
10:00	Dardo 600gr	M	INI	09:00	
10:00	Dardo 700gr	M	JUV	09:00	
10:00	Dardo 800gr	M	JUN a VET	09:00	
10:10	80 metros	M	INI	09:10	
10:20	100 metros	F	JUV a VET	09:20	
10:20	Martelo 3kg	F	INI a JUV	09:20	Centro de Lançamentos
10:20	Martelo 3kg	M	INF	09:20	Centro de Lançamentos
10:20	Martelo 4kg	M	INI	08:30	Centro de Lançamentos
10:35	100 metros	M	JUV a VET	09:35	
10:50	600 metros	F	BENJ A a BENJ B	09:50	
11:00	Dardo 400gr	F	INF	10:00	
11:00	Dardo 500gr	F	INI a JUV	10:00	
11:00	Dardo 600gr	F	JUN a VET	10:00	
11:05	600 metros	M	BENJ A a BENJ B	10:05	
11:10	Disco 750gr	M	INF	10:10	Centro de Lançamentos
11:10	Disco 1kg	M	INI	10:10	Centro de Lançamentos
11:10	Disco 1,5kg	M	JUV	10:10	Centro de Lançamentos
11:10	Disco 1,75kg	M	JUN	10:10	Centro de Lançamentos
11:10	Disco 2kg	M	SUB-23 a VET	10:10	Centro de Lançamentos
11:20	1000 metros	F	INF	10:20	KM Jovem Regional
11:30	1000 metros	M	INF	10:30	KM Jovem Regional
11:40	1000 metros	F	INI	10:40	KM Jovem Regional
11:50	1000 metros	M	INI	10:50	KM Jovem Regional
12:00	1000 metros	F	JUV	11:00	KM Jovem Regional
12:00	Disco 750g	F	INI	11:00	Centro de Lançamentos
12:00	Disco 1kg	F	JUV a VET	11:00	Centro de Lançamentos
12:10	1000 metros	M	JUV	11:10	KM Jovem Regional
12:20	1000 metros	F	JUN a VET	11:20	
12:30	1000 metros	M	JUN a VET	11:30	

**1. Competição:** A disputar na pista de atletismo do Estádio 1º de Maio, em Braga, na manhã de 3 de abril de 2022.

- O KM jovem regional funcionará como principal momento de observação para apurar os atletas que representarão a seleção da AAB na fase final do KM Jovem, marcado para o dia 9 de abril.

**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](http://www.aabraga.pt)):

- Uso de máscara obrigatório por todas as pessoas com acesso ao recinto (atletas, treinadores, dirigentes e staff);

### 3. Participação:

- dos escalões: de Benjamins 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:
- 30 de março de 2022 (quarta feira).
- 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, dos escalões de juvenis em diante, 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 31 de março
- 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 7h 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;
- Nas provas de lançamentos todos os atletas terão direito a 3 ensaios iniciais, e os 8 melhores da AAB ao fim da 3ª ronda terão direito a mais 3 ensaios finais. Exceção para as provas com menos de 8 atletas participantes, em que todos terão direitos a 6 ensaios.

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

- Benjamins A: Atletas nascidos em 2013, 2014 e 2015;
- Benjamins B: Atletas nascidos em 2011 e 2012;
- Infantis: Atletas nascidos em 2009 e 2010;
- Iniciados: Atletas nascidos em 2007 e 2008;
- 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](http://www.aabraga.pt);
- No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da FPA.