

# CAMPEONATO DO NORTE DE PISTA COBERTA

## CAMPEONATO REGIONAL DE PISTA COBERTA AAB

ALTICE FORUM BRAGA | 14 E 15 DE JANEIRO DE 2023



### PROGRAMA HORÁRIO:

Hora		Prova			Observações
<b>sábado, 14 de janeiro de 2023</b>					
15:00	60 metros	F	JUV a VET	Eliminatórias	(40 atletas)
15:00	Comprimento	M	JUV a VET	Grupo B	(16 atletas)
15:00	Altura	M	JUV a VET	Final (a)	(16 atletas)
15:30	60 metros	M	JUV a VET	Eliminatórias	(40 atletas)
15:45	Vara	F	JUV a VET	Final (b)	(16 atletas)
16:00	400 metros	F	JUV a VET	Series	(28 atletas)
16:25	Comprimento	M	JUV a VET	Grupo A	(12 atletas)
16:30	400 metros	M	JUV a VET	Series	(28 atletas)
16:50	Peso 7,26kg	M	JUN a VET	Final	(16 atletas)
17:00	1.500 metros	F	JUV a VET	Series	(36 atletas)
17:30	1.500 metros	M	JUV a VET	Series	(36 atletas)
18:00	60 metros	F	JUV a VET	Final B	
18:05	60 metros	F	JUV a VET	Final A	
18:05	Triplo	F	JUV a VET	Final	(16 atletas)
18:10	60 metros	M	JUV a VET	Final B	
18:15	60 metros	M	JUV a VET	Final A	
18:20	3000 Marcha	F	JUV a VET	Series	(12 atletas)
18:45	5000 Marcha	M	JUV a VET	Series	(12 atletas)
<b>domingo, 15 de janeiro de 2023</b>					
09:15	60 m Barreiras 0.84	F	JUV a VET	Eliminatórias	(24 atletas)
09:15	Comprimento	F	JUV a VET	Grupo B	(16 atletas)
09:20	Altura	F	JUV a VET	Final (c)	(16 atletas)
09:35	60 m Barreiras 1.06	M	JUN a VET	Eliminatórias	(24 atletas)
09:55	3.000 metros	F	JUV a VET	Series	(24 atletas)
10:15	Vara	M	JUV a VET	Final (d)	(16 atletas)
10:25	3.000 metros	M	JUV a VET	Series	(24 atletas)
10:30	Comprimento	F	JUV a VET	Grupo A	(12 atletas)
10:40	Peso 4kg	F	JUV a VET	Final	(16 atletas)
10:55	800 metros	F	JUV a VET	Series	(24 atletas)
11:15	800 metros	M	JUV a VET	Series	(24 atletas)
11:35	200 metros	F	JUV a VET	Series	(20 atletas)
11:55	200 metros	M	JUV a VET	Series	(20 atletas)
12:00	Triplo	M	JUV a VET	Final	(16 atletas)
12:15	60 m Barreiras 0.84	F	JUV a VET	Final	
12:25	60 m Barreiras 1.06	M	JUN a VET	Final	
12:35	4X200 metros	F	JUV a VET	Séries	
12:50	4X200 metros	M	JUV a VET	Séries	

# CAMPEONATO DO NORTE DE PISTA COBERTA

## CAMPEONATO REGIONAL DE PISTA COBERTA AAB

ALTICE FORUM BRAGA | 14 E 15 DE JANEIRO DE 2023



### REGULAMENTO:

**1 - Competição:** A disputar na pista de atletismo do Altice Forum Braga, em Braga, nos dias 14 e 15 de janeiro de 2022.

- Será disputado em simultâneo o **Campeonato Regional Absoluto de Pista Coberta da Associação de Atletismo de Braga**

**2 - Participação:** A competição destina-se a atletas dos escalões de Juvenis a Veteranos, das Associação de Atletismo da Zona Norte e de outras Associações Regionais portuguesas desde que autorizados.

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

- 11 de janeiro de 2022 (quarta-feira).
- de forma gratuita para os atletas da AA Braga (devem ignorar qualquer guia de pagamento gerada na plataforma);
- com um custo de 2,5 euros por prova a todos os atletas fora da AA Braga.

**NOTA IMPORTANTE:** Os responsáveis dos clubes depois de efetuarem todas as inscrições dos seus atletas, através da conta do clube, devem clicar em “confirma inscrições” no canto superior direito, a fim de ser gerada uma referência única. Caso preferam, podem solicitar para [secretaria@aabraga.pt](mailto:secretaria@aabraga.pt) dados para pagamento de todas as inscrições do clube.

**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 janeiro 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 – Atletas admitidos:** A participação neste Campeonato está limitada a um máximo de atletas por prova (ver coluna de observações do horário). A seleção dos atletas será realizada com base nas marcas de inscrição validadas e segundo os critérios: 1º - Atletas da Zona Norte (até atingir o nº máximo); 2º (caso o 1º critério não atinga o nº máximo de atletas definido para a

# CAMPEONATO DO NORTE DE PISTA COBERTA

## CAMPEONATO REGIONAL DE PISTA COBERTA AAB

ALTICE FORUM BRAGA | 14 E 15 DE JANEIRO DE 2023



prova) – Outros atletas (independentemente da sua Associação) segundo as melhores marcas de inscrição.

- A lista de atletas admitidos em competição será divulgada durante o dia 12 de janeiro.
- O Departamento Técnico da AAB, em conjunto com os restantes DTR's da Zona Norte, reserva-se no direito de autorizar a participação de outros atletas que possam não ter acesso, pelo critério acima mencionado, sempre que achar adequado.

**6 – 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;

**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 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.

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

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

**9 – 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.

# CAMPEONATO DO NORTE DE PISTA COBERTA

## CAMPEONATO REGIONAL DE PISTA COBERTA AAB

ALTICE FORUM BRAGA | 14 E 15 DE JANEIRO DE 2023



### 10 – Normas Técnicas:

- Cada atleta poderá participar num máximo de 3 provas, sendo uma delas a estafeta;
- O apuramento para as finais das corridas de velocidade será efetuado com base nas melhores 8 marcas alcançadas nas eliminatórias. No caso dos 60 metros, os atletas com as 9ª a 16ª melhores marcas serão também apurados para a final B.
- No triplo salto e lançamento do peso, todos os atletas terão direito a 3 ensaios, sendo que serão apurados os 8 melhores atletas para os 3 ensaios finais (3+3);
- No salto em comprimento, se o número de atletas admitidos ultrapassar os 16, os atletas serão divididos em 2 grupos: no Grupo A participam os 12 melhores inscritos da Zona Norte (3 +3 saltos para os melhores 8 da geral); no Grupo B participam os restantes inscritos tendo direito apenas a 3 ensaios.
- Progressão das fasquias:

#### **Salto em Altura:**

Masculino a) 1,50; 1,58; 1,64; 1,70; 1,74 ... 4 em 4cm até 3 atletas em prova, depois de 3 e 3cm;

Feminino c) 1,26; 1,32; 1,38; 1,44; 1,47 ... 3 em 3cm até 3 atletas em prova, depois de 2 e 2cm;

#### **Salto com Vara:**

Feminino b) 1,90; 2,00; ... 10 em 10cm até 3 atletas em prova, depois de 5 em 5 cm;

Masculino d) 2,30; 2,50; 2,70; 2,80 ... 10 em 10cm até 3 atletas em prova, depois de 5 em 5 cm;

**11 - Escalões:** Serão elaboradas as classificações coletivas da vertente feminina e da vertente masculina. Ao primeiro classificado de cada uma das provas serão atribuídos 8 pontos, ao 2º 7 pontos e assim sucessivamente. Pontuam num máximo 3 atletas de cada clube por prova. Vencem as equipas que somarem um maior número de pontos. Em caso de empate vence a equipa que somar maior número de primeiros lugares, persistindo o empate verifica-se o número de segundos lugares e assim sucessivamente.

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

- Juvenis: Atletas nascidos em 2006 e 2007;
- Juniores: Atletas nascidos em 2004 e 2005;
- Sub-23: Atletas nascidos em 2001, 2002 e 2003;

# CAMPEONATO DO NORTE DE PISTA COBERTA

## CAMPEONATO REGIONAL DE PISTA COBERTA AAB

ALTICE FORUM BRAGA | 14 E 15 DE JANEIRO DE 2023



- Seniores: Atletas nascidos em 2000 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 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);