

TORNEIO DE ABERTURA DE PISTA AR LIVRE

ESTÁDIO 1º DE MAIO - BRAGA | 29 DE MARÇO DE 2025



PROGRAMA HORÁRIO:

Hora	Prova				Observações
Sábado, 29 de março de 2025					
15:00	50 metros	S10	F	Series	
	Comprimento	S12 a S14	M	Final	Tábua 2m
	Comprimento	S16 a S18	M	Final	Tábua 2m
	Dardo 400gr	S14	F	Final	
	Dardo 500gr	S16	F	Final	
15:10	50 metros	S10	M	Series	
15:20	60 metros	S12 a S14	F	Series	
15:35	60 metros	S12 a S14	M	Series	
15:50	80 metros	S16	F	Series	
16:00	80 metros	S16	M	Series	
16:10	150 metros	S18 a Master	F	Series	
16:20	150 metros	S18 a Master	M	Series	
16:30	500 metros	S10 a S12	F	Series	
16:40	500 metros	S10 a S12	M	Series	
16:45	Comprimento	S12 a S14	F	Final	Tábua 2m
	Comprimento	S16 a S18	F	Final	Tábua 2m
	Dardo 400gr	S14	M	Final	
	Dardo 600gr	S16	M	Final	
16:50	500 metros	S14 a S16	F	Series	
17:05	500 metros	S14 a S16	M	Series	
17:20	500 metros	S18 a Master	F	Series	
17:30	500 metros	S18 a Master	M	Series	
17:40	2.000 metros	S18 a Master	M	Series	

REGULAMENTO:

1 - Competição: A disputar na pista de atletismo Estádio 1º de Maio, em Braga, no dia 29 de março de 2025.

2 - Participação: A competição destina-se a atletas dos escalões de Sub-10 a Masters, da Associação de Atletismo de Braga e de outras Associações Regionais portuguesas.

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

- 26 de março de 2025 (quarta-feira).

TORNEIO DE ABERTURA DE PISTA AR LIVRE

ESTÁDIO 1º DE MAIO - BRAGA | 29 DE MARÇO DE 2025



- 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 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 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, **até 1 hora antes das respetivas provas.**

As confirmações são realizadas online, em FPA Competições, por método idêntico às inscrições, a partir das 8h 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.

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:

- Cada atleta poderá participar num máximo de 2 provas;
- No salto em comprimento e lançamento do dardo, todos os atletas terão direito a

TORNEIO DE ABERTURA DE PISTA AR LIVRE

ESTÁDIO 1º DE MAIO - BRAGA | 29 DE MARÇO DE 2025



3 ensaios, tendo os 8 melhores atletas, no final da 3ª ronda, direito a 3 ensaios (3+3);

10 - Escalões: Os escalões etários a vigorar serão os referentes ao ano civil de 2024:

- Sub-10: Atletas nascidos em 2016, 2017 e 2018;
- Sub-12: Atletas nascidos em 2014 e 2015;
- 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 e em diante;
- Masters: Atletas com 35 ou mais anos;

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;