CAMPEONATO NACIONAL DA ANDDI PISTA CURTA

+ PROVAS EXTRA

FORUM BRAGA | 18 DE JANEIRO DE 2026

PROGRAMA HORÁRIO:

Hora	Prova			Observações
domingo, 18 de janeiro de 2026				
14:30	1.500m marcha	F/M	DESEN./ S.DOWN	
	1.500m marcha	F/M	SEN A	
	Peso 3kg e 4kg	F/M	DESEN./S. DOWN	extra Sub16 e Sub18 até 8 atletas
	Salto em altura	F	SEN A	extra Sub20 e Master até 8 atletas
14:55	60m barreiras 1.06	M	Sub20 a Masters	extra até 16 atletas
15:05	60m barreiras 0.84	F	Sub20 a Masters	extra até 16 atletas
15:20	60 metros	F	DESEN./S. DOWN	
15:30	Salto em comprimento	F/M	SEN A	
15:35	60 metros	F	SEN A	
15:40	60 metros	F	Sub18 a Masters	extra até 16 atletas
16:00	60 metros	M	DESEN./S.DOWN	
16:15	Peso 4kg e 7.26kg	F/M	SEN A	extra Sub20 a Master até 8 atletas
	Salto em altura	M	SEN A	extra Sub20 a Master até 8 atletas
16:20	60 metros	M	SEN A	
16:25	60 metros	M	Sub18 a Masters	extra até 16 atletas
16:30	Salto em comprimento	F/M	DESEN./S. DOWN	
16:45	200 metros	F	DESEN./S.DOWN	
16:55	200 metros	F	SEN A	
16:55	200 metros	F	Sub18 a Masters	extra até 12 atletas
17:15	200 metros	M	DESEN./S. DOWN	
17:40	200 metros	M	SEN A M	
17:50	200 metros	M	Sub18 a Masters	extra até 12 atletas
18:10	1.500 metros	F	DESEN./S. DOWN	
18:20	1.500 metros	F	SEN A F	
	1.500 metros	F	Sub18 a Masters	extra até 12 atletas
18:30	1.500 metros	M	DESEN./S. DOWN	
18:40	1.500 metros	M	SEN A M	
	1.500 metros	M	Sub18 a Masters	extra até 12 atletas
18:50	400 metros	F	DESEN./S. DOWN	
19:00	400 metros	F	SEN A	
	400 metros	F	Sub18 a Masters	extra até 16 atletas
19:10	400 metros	M	DESEN./ S.DOWN	
19:20	400 metros	M	SEN A	
19:30	400 metros	M	Sub18 a Masters	extra até 16 atletas
19:45	4x200 metros	F	ABSOLUTO	extra até 1 serie
19:55	4x200 metros	M	ABSOLUTO	extra até 1 serie

CAMPEONATO NACIONAL DA ANDDI PISTA CURTA

+ PROVAS EXTRA

FORUM BRAGA | 18 DE JANEIRO DE 2026

REGULAMENTO PROVAS EXTRA:

1 - **Competição:** A disputar na pista de atletismo do Forum Braga, em Braga, no dia 18 de janeiro de 2026.

- Será disputado em simultâneo um conjunto de provas extras para os escalões de sub-18 a masters

2 - Participação: A competição destina-se a atletas filiados na Associação Nacional de Desporto para a Deficiência Intelectual (ANDDI) e para atletas filiados na Federação Portuguesa de Atletismo dos escalões de Sub-18 a Masters.

3 – **Inscrições provas extra:** Realizadas obrigatoriamente na plataforma online FPA Competições (https://fpacompeticoes.pt/2/associacao), até:

- 14 de janeiro de 2026 (quarta-feira).
- de forma gratuita para os atletas da AA Braga (devem ignorar qualquer guia de pagamento gerada na plataforma);
- com um custo de 3.5 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 prefiram, podem solicitar para secretaria@aabraga.pt dados para pagamento de todas as inscrições do clube.

Os pagamentos devem estar regularizados até ao final do dia anterior ao dia da competição. Não se aceitam pagamentos no dia da competição.

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 2025 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 nas provas extra 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 tendo em conta os critérios: 1º - **atletas da AAB até atingir 50%**

da quota definida; 2º - Outros atletas (independentemente da sua Associação) segundo as melhores marcas de inscrição.

- A lista de atletas admitidos em competição será divulgada durante o dia 15 de janeiro.
- 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.

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 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.

10 – Normas Técnicas Provas Extra:

- Cada atleta poderá participar num máximo de 2 provas;
- No salto e comprimento e lançamento do peso, todos os atletas terão direito a 4 ensaios;
- No salto em comprimento, na Prova S.Down a tábua (zona chamada) é de 1 metro e no Desenvolvimento não existirá tábua (zona chamada) conta o último apoio.

11 - Escalões: Os escalões etários a vigorar serão os referentes ao ano civil de 2026:

- Sub-18: Atletas nascidos em 2009 e 2010;
- Sub-20: Atletas nascidos em 2007 e 2008;
- Sub-23: Atletas nascidos em 2004, 2005 e 2006;
- Seniores: Atletas nascidos em 2003 e em diante;
- Masters: Atletas com 35 ou mais anos;

12 - 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.

13 - 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 30 minutos, caso o desenrolar da competição assim o necessite. Esta antecipação será anunciada com pelo menos 1 hora relativamente ao horário original;
- Eventuais atualizações deste regulamento serão publicadas em www.aabraga.pt;

IMPORTANTE: Normas gerais para as competições no Forum Braga:

De forma a preservarmos o bom estado das instalações do Forum Braga, durante o decorrer das provas de pista coberta, apela-se a todos os atletas, treinadores, dirigentes e demais agentes desportivos para o cumprimento e respeito pelas seguintes condições:

1 - Os atletas só podem andar com os sapatos de bicos calçados nas zonas de competição, ou seja, dentro da pista, nos locais de competição e respetivas zonas de aquecimento, devidamente protegidas com placas de borracha.

2 - É expressamente proibida terem os sapatos de bicos calçados na zona das bancadas, pois são em madeira e facilmente serão provocados danos nas mesmas.

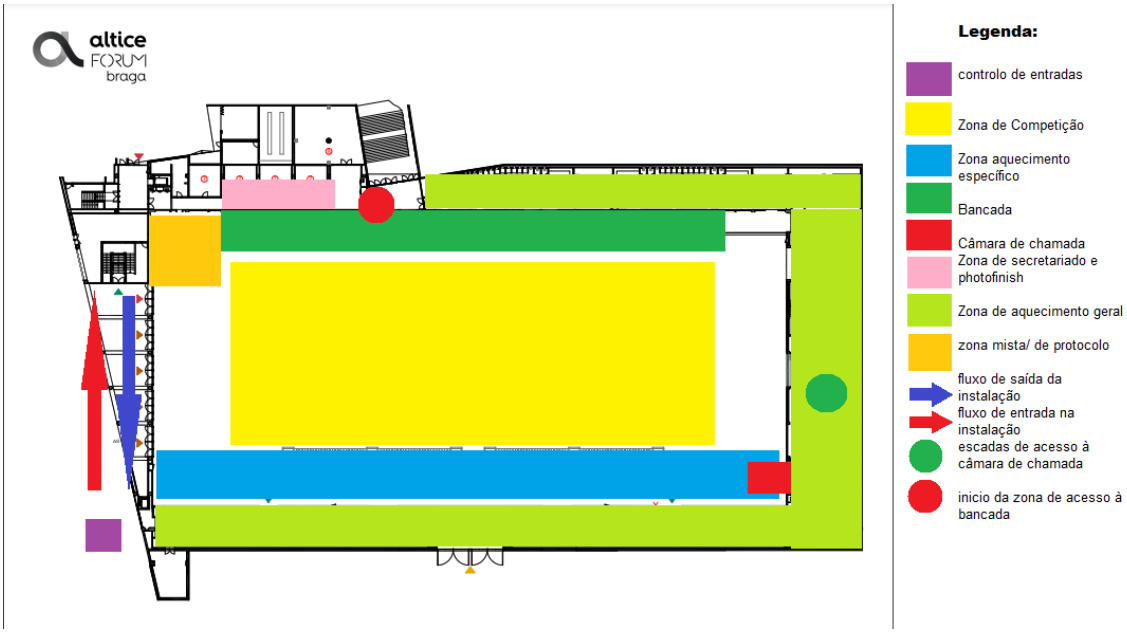
3 - Nos corredores do piso superior, só é autorizado o aquecimento com sapatilhas, sendo absolutamente proibido passarem nesta zona com sapatos de bicos.

4 - O acesso dos atletas aos locais de competição será pela câmara de chamada, obrigatoriamente. Quem saltar as grades de proteção para se dirigir para o local de partida ou início do seu concurso será de imediato desclassificado.

5 - Qualquer dano no piso causado pela desobediência ao aqui estipulado, será imputado aos atletas e respetivos clubes e, em última instância, às associações regionais que estes representam. As sanções implicam o pagamento dos danos causados, assim como o impedimento de participação em competições futuras realizadas nestas instalações.

Acessos e fluxos no pavilhão do Altice Forum Braga em dias de competição:

CAMPEONATO NACIONAL DA ANDDI PISTA CURTA

+ PROVAS EXTRA

FORUM BRAGA | 18 DE JANEIRO DE 2026