



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO

Campeonato Distrital de Master
Pista de Atletismo Estádio Municipal de Vagos
05/06 de Fevereiro de 2022



CONSIDERAÇÕES A TER NO RETORNO Á COMPETIÇÃO O ATLETISMO REGRESSA Á PISTA DA EXCELÊNCIA

- a) NORMAS DE ACORDO COM A SITUAÇÃO ATUAL DA DGS QUE, SAIRÁ EM COMUNICADO NA SEMANA QUE ANTECEDE A COMPETIÇÃO.**
- b) Medição de temperatura, desinfeção das mãos à entrada e saída da pista, obrigatório a utilização de máscara, por todos os participantes, exceto durante o aquecimento e competição.**
- c) Espaço de 3 metros entre pessoas durante a prática da competição.
O distanciamento deverá ser sempre maximizado e o período de proximidade entre atletas deverá ser o menor possível.**
- d) Não é permitido o contacto físico quer entre técnicos, funcionários e juízes.**
- e) Salto em comprimento - os atletas só têm direito a dois (2) ensaios no aquecimento.**
- f) Atletas com engenhos próprios/oficiais podem usar durante a competição (pesagem oficial na pista).**
- g) Atletas no concurso de Peso, são os próprios que recolhem os engenhos durante o aquecimento e competição (aquecimento somente 2 ensaios).**
- h) A primeira parte do aquecimento (corrida contínua) deverá ser feita fora da pista, respeitando todas as normas de segurança. A segunda parte (mobilidade) deverá ser feita num local previamente designado.**
- i) Manuseamento de blocos de partida pelo próprio atleta (aquecimento e competição).**
- j) Aconselhamos a todos os Clubes que tenham higienização para os seus atletas.**
- l) Não será permitida a entrada a qualquer participante com temperatura corporal acima de 38º.**
- m) Todos os participantes devem monitorizar a sua temperatura na semana que antecede a competição e, no caso de se encontrarem doentes, com sintomatologia que possa ser associada á infeção por COVID-19, não devem deslocar-se para a competição.**
- n) Proibição de partilha de garrafa de água.**
- o) A organização não disponibiliza pó de magnésio, ou substância similar, nem pano de limpeza para utilização dos atletas, pelo que os mesmos devem ser portadores do material referido, caso o pretendam utilizar.**
- p) As normas podem ser alteradas conforme ordens da DGS/IPDJ e FPA.**

Sábado, dia 05

Horário	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
15H00	60 Metros	Master	Fem.	Series	
	Comprimento	Master	Fem.	Final	
	Salto c/ Vara	Master	Fem.	Final	Início da fasquia de acordo com os atletas presente.
	Salto c/ Vara	Master	Masc.	Final	Início da fasquia de acordo com os atletas presente.
15H15	60 Metros	Master	Masc.	Series	
15H30	3.000 M/Mx	Master	Fem.	Final	(Pista 1/4)
	3.000 M/Mx	Master	Masc.	Final	(Pista 1/4)
16H00	1.500 Metros	Master	Fem.	Series	
	Triplo Salto	Master	Masc.	Final	
	Lanç. de Peso	Master	Fem.	Final	4 Kg./F35 F45-3Kg F50
16H20	1.500 Metros	Master	Masc.	Series	
16H40	400 Metros	Master	Fem.	Series	
17H00	400 Metros	Master	Masc.	Series	
	Salto em Altura	Master	Fem.	Final	1,23, 1,28; 1,33; 1,38; 1,43; 1,46; 1,49; 1,52; 1,55,...

Domingo, dia 06

Horário	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
09H30	60 M/Bar.	Master	Masc.	Series	Bar. Adequadas a cada escalão
	Triplo Salto	Master	Fem.	Final	Tábua de acordo com os atletas presentes
	Lançamento de Peso	Master	Masc.	Final	7,260,-6,-5,-4,-3,- Kg. De acordo c/escalão
09H45	60 M/Bar.	Master	Fem.	Series	Bar. Adequadas a cada escalão
10H00	3.000 Metros	Master	Fem.	Series	
10H20	3.000 Metros	Master	Masc.	Series	
	Salto em Comprimento	Master	Masc.	Final	
10H40	200 Metros	Master	Fem.	Series	
11H00	200 Metros	Master	Masc.	Series	
11H20	800 Metros	Master	Fem.	Series	
	Salto em Altura	Master	Masc.	Final	Início da fasquia e sua progressão a definir pelos atletas presentes
11H35	800 Metros	Master	Masc.	Series	
11H45	4x200 Metros	Master	Fem.	Series	
11H55	4x200 Metros	Master	Masc.	Series	

Nota: O programa pode ser ajustado no horário

Campeonato Distrital de Veteranos

Nº.	Designação
1	A Associação de Atletismo de Aveiro vai realizar, nos dias 05 e 06 de fevereiro de 2022 o Campeonato Distrital de Master (Inverno).
2	Estes Campeonatos destinam-se a atletas Veteranos (com mais de 35 anos na data de competição), masculinos e femininos, filiados na Associação de Atletismo de Aveiro.
3	Os atletas filiados na AAA devem apresentar-se com o dorsal que lhes foi atribuído para a época 2022.
4	Cada Clube pode inscrever um número ilimitado de atletas por prova.
5	Cada atleta pode participar em duas (2) provas por dia, no máximo de três (3) no conjunto das duas jornadas.
6	Nas estafetas podem participar atletas de diferentes escalões. O escalão é definido pelo atleta do escalão mais baixo (ex: atleta A M45, atleta B M45, atleta C M40 e atleta D35. O escalão será M35), (somente estafetas por clube).
7	A participação de atletas filiados em outras Associações Distritais será sujeita a parecer da Direção Técnica Distrital. Só será avaliada se o pedido de participação der entrada até às 12 horas da quinta-feira que antecede a competição, através do e-mail aveiro@fpatletismo.org, por intermédio da Associação Distrital correspondente.
8	As inscrições são feitas através da plataforma ONLINE, fpacompeticoes.pt , até à quinta-feira que antecede a competição. No entanto, os atletas de outras Associações Distritais deverão ter em conta o previsto no artigo 7º deste regulamento. Todos os Clubes Técnicos ou atletas, terão de fazer a confirmação de participação nas suas provas, corridas ou concursos, até 60 minutos antes do horário previsto para o início da prova; passado este prazo, não haverá possibilidade de o fazer.
9	Estes Campeonatos terão classificações individuais por escalão/sexo e coletivas por género, sendo a classificação coletiva elaborada através do somatório das pontuações obtidas pelos atletas de cada Clube, até ao máximo de três atletas por Clube/prova/escalão (os restantes serão considerados individuais para efeitos de classificação coletiva, “roubando” pontos desde que em lugares pontuáveis), segundo o seguinte esquema de pontuação: 1º. 8 pontos; 2º. 7 pontos; 3º-. 6 pontos; 4º. 5 pontos; 5º. 4 pontos; 6º. 3 pontos; 7º. 2 pontos; 8º. 1 ponto.
10	Os engenhos a utilizar (pesos), assim como as provas de corrida com barreiras, terão em consideração as normas internacionais previstas para as competições de veteranos.
11	Prémios: Individuais: Medalhas para os três primeiros classificados em cada prova/escalão/género. Estafetas – medalhas para as três primeiras equipas, independentemente do escalão. Coletivos: Classificação separada por género, com prémios para as equipas classificadas nos 3 (três) primeiros lugares. Serão pontuadas as equipas de estafetas de cada escalão.
12	Apresentação Câmara de chamada: corridas 10’ e concurso 20’ antes do horário previsto.
13	Os atletas devem de ser portadores de pelo menos 3 (Três) alfinetes para a correta colocação do dorsal.
14	DORSAL indispensável para qualquer competição organizada pela AA Aveiro. Atletas serão penalizados pela falta de dorsal original