

TORNEIO DE ABERTURA

29 DE NOVEMBRO DE 2025

PISTA DE ATLETISMO MUNICIPAL MANUELA MACHADO

PROGRAMA HORÁRIO

Hora		Prova			Observações
14:00	50 metros	S10 e S12	F	Séries	Pode partir de pé
	Peso	S14-S16-S18	F	Final	2kg 3kg 3kg
	Altura	S14 a S16	M	Final	1,00 (+4) à 1,24 (+3)
	Salto c/vara em distância	S12 a S14	M	Final	
14:20	50 metros	S10 e S12	M	Séries	Pode partir de pé
14:40	150 Metros	S14 e S16	F	Séries	
14:55	150 Metros	S14 e S16	M	Séries	
15:10	150 Metros	S18 a Master	F	Séries	
15:10	Peso	S14-S16-S18	M		3kg 4kg 5kg
	Altura	S14 a S16	F		1,00 (+4) à 1,24 (+3)
	Salto c/vara em distância	S12 a S14	F	Final	
15:25	150 Metros	S18 a Master	M	Séries	
15:35	600 metros	S12 e S14	F	Séries	
15:40	600 metros	S12 e S14	M	Séries	
15:45	1000 metros	S16 a S18	F	Séries	
15:50	1000 metros	S16 a S18	M	Séries	
16:00	1.000 metros	S20 a Master	F	Séries	
16:05	1.000 metros	S20 a Master	M	Séries	
16:05	Disco	S14 a S16	F/M	Final	600g 750g – 750g 1kg
16:10	300 metros	S16 e S18	F	Séries	
16:20	300 metros	S16 e S18	M	Séries	
16:30	300 metros	S20 a Master	F	Séries	
16:40	300 metros	S20 a Master	M	Séries	
16:50	2000 M Marcha	S14 a Sub16	M/F	Final	

REGULAMENTO

1. Esta competição destina-se a atletas filiados nos escalões de Sub-10 a Masters da Associação de Atletismo de Viana do Castelo, e a atletas de outras Associações autorizados e mediante um pagamento de 5,00 euros.
2. Os atletas dos escalões de Sub-10, Sub12, Sub-14, Sub-16, Sub-18, só poderão competir nas suas categorias. Os atletas de 2º ano do escalão Sub-12, poderão competir como sub-14.
3. No momento da inscrição, os atletas deverão indicar a melhor marca obtida nas respetivas provas, no período de 1 de janeiro de 2024 à data da competição. Caso não apareça na plataforma FPA 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.
4. Em função do número de atletas inscritos o programa horário pode sofrer alterações.
5. Cada atleta poderá participar num **máximo de 2 provas**. Nos escalões de Sub-12, Sub-14, Sub-16 as duas competições terão que ser obrigatoriamente uma corrida e um concurso.
6. As corridas são disputadas por series, a primeira serie será com os atletas com melhores tempos de inscrição. No salto a Vara em comprimento, Lançamento do disco e no Peso todos os atletas terão direito a 4 ensaios. Dependendo do número de participantes algum dos concursos reduzem para 3 ensaios.
7. **Escalões:** Os escalões etários a vigorar serão os referentes ao ano civil de 2025:
 - 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 ou antes;
 - Masters: Atletas com 35 ou mais anos;São considerados veteranos os atletas masculinos ou femininos com idade igual ou superior a 35 anos. Relativamente aos atletas veteranos, a mudança de categoria efetuar-se-á no dia em que o atleta perfaz a idade.

8. 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;
9. O Atleta, 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;
10. **INSCRIÇÕES.** Deverão ser feitas pelos clubes ou atletas individuais através da plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> impreterivelmente até às 23:59 horas da quinta-feira, dia 27 de novembro, de forma a ser efetuada a admissão de atletas. Depois das inscrições concluídas a organização reserva o direito de ajustar o programa horário.
11. Nesta competição de preparação **não haverá** classificação individual e coletiva.
12. **Dorsais:** Serão distribuídos os dorsais da época 2025/26.
13. **Confirmações:** Todos os atletas devem efetuar a confirmação de presença **até 1 hora antes das respetivas provas.** Quem confirmar e não aparecer na competição paga uma coima de 1,5 euros.
14. Para qualquer protesto deve o mesmo ser efetuado **até 30 minutos** após a conclusão da prova a que o mesmo se refere e mediante uma caução de 100,00 euros.
15. Os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pela organização e de acordo com o Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo