



Fundada em 1987

# ASSOCIAÇÃO DISTRIAL DE ATLETISMO DE VIANA DO CASTELO

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

## COMUNICADO OFICIAL N.º 01 2020/2021

**Prova:** Torneio de Provas Combinadas  
**Data:** 26 de dezembro de 2020  
**Local:** Estádio Municipal de Arcos de Valdevez  
**Organização:** Associação de Atletismo de Viana do Castelo  
Câmara Municipal de Arcos de Valdevez  
**Diretor de Competição:** Pereira de Almeida  
**Delegado Técnico:** Rui Costa  
**Diretor Técnico:** Rui Cerqueira

1ª Jornada			
10:00	60 m	Masc	HEP - Juv
10:10	60 m	Masc	HEP - Jun
10:20	60 m	Masc	HEP - Sen
10:40	Comprimento	Masc	HEP - Juv
10:40	Comprimento	Masc	HEP - Jun
10:40	Comprimento	Masc	HEP - Sen
10:40	60m	Fem	Abs.- Extra
10:50	60m	Masc	Abs.- Extra
11:00	60m	Fem	Abs.- Extra
11:10	60m	Masc	Abs.- Extra
11:20	Peso (5 kg)	Masc	HEP - Juv
11:20	Peso (6 kg)	Masc	HEP - Jun
11:20	Peso (7,260 kg)	Masc	HEP - Sen
11:25	1000m	Fem	Abs.- Extra
11:35	1000m	Masc	Abs.- Extra
11:45	200m	Fem	Abs.- Extra
12:00	200m	Masc	Abs.- Extra
12:10	Altura	Masc	HEP - Juv
12:10	Altura	Masc	HEP - Jun
12:10	Altura	Masc	HEP - Sen

2ª Jornada			
14:00	60 m bar (0,76)	Fem	PEN - Juv
14:10	60 m bar (0,84)	Fem	PEN - Jun
14:10	60 m bar (0,84)	Fem	PEN - Sen
14:20	60 m bar (0,91)	Masc	HEP - Juv
14:30	60 m bar (1,00)	Masc	HEP - Jun
14:30	60 m bar (1,00)	Masc	Extra - Jun
14:35	Altura	Fem	PEN - Juv
14:35	Altura	Fem	PEN - Jun
14:35	Altura	Fem	PEN - Sen
14:40	60 m bar (1,06)	Masc	HEP - Sen
15:10	Vara	Masc	HEP - Juv
15:10	Vara	Masc	HEP - Jun
15:10	Vara	Masc	HEP - Sen
15:35	Peso (3 kg)	Fem	PEN - Juv
15:35	Peso (4 kg)	Fem	PEN - Jun
15:35	Peso (4 kg)	Fem	PEN - Sen
16:10	Comprimento	Fem	PEN - Juv
16:10	Comprimento	Fem	PEN - Jun
16:10	Comprimento	Fem	PEN - Sen
16:20	1.000 m	Masc	HEP - Sen
16:30	1.000 m	Masc	HEP - Jun
16:40	1.000 m	Masc	HEP - Juv
17:00	800 m	Fem	PEN - Sen
17:05	800 m	Fem	PEN - Jun
17:10	800 m	Fem	PEN - Juv

**Inscrições:** Feitas antecipadamente para [atletismoviana@gmail.com](mailto:atletismoviana@gmail.com), até ao dia 23 de dezembro, indicando: nome, ano nascimento, clube, dorsal de época, prova em que pretende participar, e, melhor marca pessoal. No local de prova não serão aceites inscrições.

A competição destina-se a atletas em representação de clubes filiados na Associação de Atletismo de Viana do Castelo.

Atletas de outras Associações Regionais poderão solicitar participação, ficando a inscrição pendente da existência de quota de participação não preenchida por parte de atletas da AAVC.

## Regulamento:

1. A competição será realizada com as normas vigentes para a realização de provas combinadas em pista coberta e os escalões etários usados serão os que entram em vigor em 1 de janeiro de 2021:

Juvenis	Juniores	Seniores	Veteranos
2004 e 2005	2002 e 2003	2001 ou antes	35 anos e mais

2. A participação será limitada a um máximo de 12 atletas por sexo (juvenis + juniores + seniores) e um máximo de 8 por escalão.
3. Nas provas extra participam um máximo de 8 atletas por prova nos 60 e 200m, e, 12 atletas nos 1000.
4. Na altura da inscrição os atletas devem indicar a sua melhor marca pessoal para efeitos de admissão à competição.
5. As marcas indicadas nas inscrições, devem ter sido obtidas, desde 1 de novembro de 2019 até à presente data.
6. Os atletas que pretendam competir com os escalões em vigor até 31 de dezembro de 2020, deverão solicitar a sua intenção na altura da inscrição.
7. Na eventualidade de, numa dada prova, as quotas de participação serem ultrapassadas pelo número de inscrições, as listagens de atletas admitidos à competição ficarão disponíveis até 24 horas antes do início da mesma.
8. Todos os atletas deverão ter o seguro e exame médico desportivo devidamente atualizado.
9. Os atletas da AAVC deverão realizar a competição com o seu Dorsal Pessoal, caso não o possuam deverão solicitar o mesmo à AAVC (se já lhe foi entregue e o perderam, pagarão 2 euros pela 2ª via).
10. Os atletas deverão ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para correta colocação do dorsal.
11. 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.
12. De forma a cumprir as regras da DGS, apenas terão direito a estar nas bancadas a assistir/dar apoio à competição, dois (2) dirigentes por clube e os respetivos treinadores.
13. As questões de higienização e segurança na utilização das instalações e durante a competição encontram-se em documento anexo.
14. No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da FPA.
15. Este comunicado e as suas eventuais alterações poderão ser consultados na Internet no endereço: [www.atletismoviana.pt](http://www.atletismoviana.pt)

Viana do Castelo, 14/12/2020

O Diretor Técnico Regional

  
\_\_\_\_\_  
(Rui Costa)

# Estádio Municipal de Arcos de Valdevez

## Normas básicas



### Legenda

- 1- Entrada no Estádio
- 2- Sentido de circulação na bancada
- 3- Entrada na Pista
- 4- Saída da Pista
- 5- Saída do Estádio

Não é permitida a entrada de público nas instalações desportivas.  
Os atletas deverão comparecer já devidamente equipados.  
Não será possível usar os balneários das instalações desportivas.  
No uso das instalações sanitárias, cumprem-se as normas COVID-19 em vigor.  
Quando não em competição ou aquecimento o uso de máscara é obrigatório.  
Na bancada e em competição é obrigatório distanciamento social.