



Fundada em 1987

# ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE ATLETISMO DE VIANA DO CASTELO

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

## COMUNICADO OFICIAL N.º 02 2020/2021

**Prova:** Torneio Local  
**Data:** 29 de dezembro de 2020 (terça-feira)  
**Local:** Lovelhe - Vila Nova de Cerveira  
**Organização:** Associação de Atletismo de Viana do Castelo  
ADCR Lovelhe  
**Director de Competição:** Pereira de Almeida  
**Delegado Técnico:** Rui Cerqueira

Início da prova	Prova	Escalaão						Sexo	Observações
		Inf	Ini	Juv	Jun	Sen	Vet		
		07/08	05/06	03/04	01/02	00/...	+35anos		
15:00	Dardo	● 400g	● 500g	● 500g	● 600g	● 600g	● kg	F e M	Máximo 4 atletas
15:00	Dardo	● 500g	● 600g	● 700g	● 800g	● 800g	● kg		
15:30	Peso	● 2 kg	● 3 kg	● 3 kg	● 4 kg	● 4 kg	● kg	F e M	Máximo 4 atletas
15:30	Peso	● 3 kg	● 4 kg	● 5 kg	● 6 kg	● 7,260 kg	● kg		
16:00	Martelo	● 2 kg	● 3 kg	● 3 kg	● 4 kg	● 4 kg	● kg	F e M	Máximo 4 atletas
16:00	Martelo	● 3 kg	● 4 kg	● 5 kg	● 6 kg	● 7.260 kg	● kg		
16:30	Disco	● 600g	● 750g	● 1 kg	● 1 kg	● 1 kg	● k	F e M	Máximo 4 atletas
16:30	Disco	● 750g	● 1kg	● 1,500 kg	● 1,750 kg	● 2 kg	● kg		

**Inscrições:** Feitas antecipadamente para atletismoviana@gmail.com, até ao dia 27 de dezembro, indicando: nome, ano nascimento, clube, dorsal de época, prova em que pretende participar e melhor marca pessoal. Caso pretendam competir com o escalaão de 2020/2021 devem solicitar isso mesmo na altura da inscrição.

### Regulamento da Competição

1. A competição destina-se a atletas federados em representação de clubes filiados na Associação de Atletismo de Viana do Castelo, num máximo de quatro atletas por concurso
2. 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.
3. Caso os concursos se prolonguem e não haja condições de visibilidade os mesmos poderão ser interrompidos por questões de segurança.
4. No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.

Viana do Castelo, 22 de dezembro de 2020

O Diretor Técnico Regional

## Normas especiais – Covid 19

- 1- Será recomendado a todos os participantes que cumpram as medidas de distanciamento social, de higiene das mãos e de etiqueta respiratória durante todo o evento de acordo com as recomendações da DGS.
- 2- O acesso ao local da prova será restrito a atletas, treinadores (um por cada atleta envolvido), juízes e organizadores. Não é permitida a entrada de público para assistir à prova.
- 3- Cada um dos atletas e respetivo treinador terão uma box individual, devidamente delimitada e afastadas 3 metros, em que deverão permanecer ao longo de toda a competição nos períodos em que não estão a lançar;
- 4- Todos os atletas, treinadores e membros da organização deverão usar máscara à entrada, durante e à saída do local da competição. Durante a competição é permitido que os atletas não usem máscara.
- 5- Não será permitida a utilização do balneário, nem do ginásio, da instalação desportiva, pelo que cada participante deve chegar ao local da prova devidamente equipado;
- 6- Sugere-se que cada atleta seja portador do seu engenho de competição, que deverá ser entregue para homologação, diretamente ao aferidor da AAVC, até às 14h30. O mesmo, após ser aferido, será devolvido aos atletas 30 minutos antes do concurso;
- 7- O aquecimento geral para a prova deverá ser feito em zona individual delimitada pela organização, que respeitará a distância de segurança recomendada pela DGS;
- 8- O aquecimento específico para a prova será realizado respeitando a chamada feita pelos juízes. Serão permitidas um máximo de quatro tentativas para cada atleta;
- 9- Durante o aquecimento e o concurso, só o atleta manipulará o engenho, o que significa que também o deverá recolher após cada ensaio no local de queda;
- 10- Não serão disponibilizados magnésio e pano de limpeza de engenhos, pelo que cada atleta deverá ser portador dos mesmos;
- 11- A organização disponibilizará solução antisséptica de base alcoólica à entrada do recinto de competição, para utilização de todos os participantes e no local de competição para que os atletas possam desinfetar o respetivo engenho ou outras superfícies em caso de necessidade.