



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

Rua Rodrigo da Fonseca 56, Lisboa | 21 386 18 11 | @AtletismoLisboa | lisboa@fpatletismo.org

COMUNICADO COMP 31 - 2020/2021

MEETING DA INCLUSÃO

Estádio 1º de Maio - INATEL

15 de Maio de 2021

REVISTO

CONFIRMAÇÃO	HORA	PROVA	GÉNERO	ESCALÃO	OBS.
14:00	15:00	COMPRIMENTO	M/F	Juv/Jun/Sen/Vet	
13:30	15:00	VARA	M	Juv/Jun/Sem/Vet	
14:05	15:05	100M B (0,84M)	F	Juv/Jun/Sen/Vet	
14:10	15:10	ALTURA	F/M	Juv/Jun/Sen/Vet	
14:20	15:20	110M B (1,07M)	M	Jun/Sen/Vet	
14:35	15:35	100M CADEIRA RODAS	F/M	Juv/Jun/Sen/Vet	Desp. Adaptado
14:40	15:40	100M	F	Juv/Jun/Sen/Vet	
15:00	16:00	100M	M	Juv/Jun/Sen/Vet	
15:25	16:25	400M	F	Juv/Jun/Sen/Vet	
15:35	16:35	400M	M	Juv/Jun/Sen/Vet	
15:50	16:50	200M CADEIRA RODAS	F/M	Juv/Jun/Sen/Vet	Desp. Adaptado
15:55	16:55	200M	F	Juv/Jun/Sen/Vet	
16:00	17:00	TRIPLO	F/M	Juv/Jun/Sen/Vet	
15:35	17:05	VARA	F	Juv/Jun/Sen/Vet	
16:15	17:15	200M	M	Juv/Jun/Sen/Vet	
16:20	17:20	PESO	M	Juv/Jun/Sen/Vet	
16:35	17:35	800M	F	Juv/Jun/Sen/Vet	
16:45	17:45	800M	M	Juv/Jun/Sen/Vet	
16:55	17:55	1500M	F	Juv/Jun/Sen/Vet	
17:10	18:10	1500M	M	Juv/Jun/Sen/Vet	
17:20	18:20	3000M	F	Juv/Jun/Sen/Vet	
17:35	18:35	3000M	M	Juv/Jun/Sen/Vet	

REGULAMENTO:

1 – PARTICIPAÇÃO:

Atletas filiados na época desportiva 2020/2021, em representação de clubes ou com filiação individual;

[A PARTICIPAÇÃO IMPLICA O CONHECIMENTO E ACEITAÇÃO DOS TERMOS DISPONIBILIZADOS ONLINE¹](#)

2 – INSCRIÇÕES:

Devem ser efetuadas na plataforma - competicoes.aalisboa.com.pt, até dia 12 de maio de 2021 (4ª feira);

Não serão aceites inscrições via email.

3 – CONFIRMAÇÕES:

Devem ser efetuadas na plataforma - competicoes.aalisboa.com.pt, até à hora indicada no programa horário.

¹ <http://www.aalisboa.com.pt/pt/competicoes/competicoes-covid-19.html>



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

[Rua Rodrigo da Fonseca 56, Lisboa](#) | [21 386 18 11](tel:213861811) | [@AtletismoLisboa](#) | lisboa@fpatletismo.org

4 – NORMAS DE SEGURANÇA:

[Plano de Contingência e Mitigação da Federação Portuguesa de Atletismo \(disponível online\)²](#).

5 – ALTURA E PROGRESSÃO DAS FASQUIAS:

- VARA F – 2,60; 2,80; 3,00; 3,20; 3,40; 3,60; 3,80; 3,95; 4,10 -->(+10cm)
- VARA M – 3,50; 3,70; 3,90; 4,10; 4,25; 4,40; 4,50 -->(+10cm)
- ALTURA F - 1,35 (+6cm) --> 1,53 (+4cm) --> 1,65 (+3cm)
- ALTURA M - 1,75 (+6cm) --> 1,93 (+4cm) 2,01; --> (+3cm)

6 – CASOS OMISSOS:

Casos omissos serão resolvidos de acordo com o Manual Técnico da WA, Regulamento Geral de Competições e Regulamento Geral de Competições para Jovens da FPA.

A Direção

Lisboa, 28 de abril de 2021

² <http://www.aalisboa.com.pt/pt/competicoes/competicoes-covid-19.html>



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

Rua Rodrigo da Fonseca 56, Lisboa | 21 386 18 11 | @AtletismoLisboa | lisboa@fpatletismo.org

COMUNICADO COMP 32 - 2020/2021

MEETING JOVEM DE LISBOA

Estádio 1º de Maio - INATEL

15 de Maio de 2021

REVISTO

CONFIRMAÇÃO	HORA	PROVA	GÉNERO	ESCALÃO	OBS.
08:30	09:30	COMPRIMENTO	F	INICIADOS/JUVENIS	
08:30	09:30	QUADRUPLA	F/M	INFANTIS	
08:30	09:30	1500m OBS	M	INICIADOS	
08:40	09:40	PESO	F	INICIADOS/JUVENIS	
08:40	09:40	1000m	F	INFANTIS/INICIADOS/JUVENIS	
08:50	09:50	1000m	M	INFANTIS/INICIADOS/JUVENIS	
09:15	10:15	110m B (1,00m)	M	JUVENIS/JUNIORES	
09:30	10:30	110m B (0,91m)	M	JUVENIS	
09:45	10:45	100m B (0,84m)	M	INICIADOS	
09:30	11:00	VARA	F/M	INICIADOS/JUVENIS	
10:00	11:00	100m B (0,76m)	F	JUVENIS	
10:05	11:05	COMPRIMENTO	M	INICIADOS/JUVENIS	
10:10	11:10	PESO	M	INICIADOS/JUVENIS	
10:15	11:15	80m B (0,76m)	F	INICIADOS	
10:30	11:30	100m	F	JUVENIS	
10:40	11:40	100m	M	JUVENIS	
10:50	11:50	80m	F	INICIADOS	
11:00	12:00	80m	M	INICIADOS	
11:10	12:10	60m	F	INFANTIS	
11:20	12:20	60m	M	INFANTIS	
11:40	12:40	300m B (0,76m)	F	JUVENIS	
11:50	12:50	300m B (0,84m)	M	JUVENIS	

REGULAMENTO:

1 – PARTICIPAÇÃO:

Atletas filiados na época desportiva 2020/2021, em representação de clubes ou com filiação individual;

[A PARTICIPAÇÃO IMPLICA O CONHECIMENTO E ACEITAÇÃO DOS TERMOS DISPONIBILIZADOS ONLINE¹](#)

2 – INSCRIÇÕES:

Devem ser efetuadas na plataforma - competicoes.aalisboa.com.pt, até dia 12 de maio de 2021 (4ª feira);

Não serão aceites inscrições via email.

¹ <http://www.aalisboa.com.pt/pt/competicoes/competicoes-covid-19.html>



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

[Rua Rodrigo da Fonseca 56, Lisboa](#) | [21 386 18 11](tel:213861811) | [@AtletismoLisboa](#) | lisboa@fpatletismo.org

3 – CONFIRMAÇÕES:

Devem ser efetuadas na plataforma - competicoes.aalisboa.com.pt, até à hora indicada no programa horário.

4 – NORMAS DE SEGURANÇA:

[Plano de Contingência e Mitigação da Federação Portuguesa de Atletismo \(disponível online\)²](#).

5 – ALTURA E PROGRESSÃO DAS FASQUIAS:

- VARA M/F: 2,00 --> (+15cm) 2,30 --> (+10cm) 3,20 --> (+5cm)

6 – CONCURSOS:

Cada atleta terá direito a 4 ensaios.

7 – CASOS OMISSOS:

Casos omissos serão resolvidos de acordo com o Manual Técnico da WA, Regulamento Geral de Competições e Regulamento Geral de Competições para Jovens da FPA.

A Direção

Lisboa, 13 de maio de 2021

² <http://www.aalisboa.com.pt/pt/competicoes/competicoes-covid-19.html>