



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

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



COMUNICADO COMP - 2023/2024

Meeting Cidade de Lisboa

Estádio Universitário de Lisboa - 18 de maio de 2024

CONFIRMAÇÃO	HORA	PROVA	GÉNERO	ESCALÃO	OBS.
14:00	15:30	Vara	F/M	S18/S20/S23/Sen/Vet	
14:40	15:40	Disco (1Kg / 2Kg)	F/M	S18/S20/S23/Sen/Vet	
15:00	16:00	110m B (1,07m)	M	S18/S20/S23/Sen/Vet	
15:05	16:05	Altura	F/M	S18/S20/S23/Sen/Vet	
15:10	16:10	Triplo	F/M	S18/S20/S23/Sen/Vet	
15:15	16:15	100m B (0,84m)	F	S18/S20/S23/Sen/Vet	
15:30	16:30	100m	F	S18/S20/S23/Sen/Vet	
15:50	16:50	100m	M	S18/S20/S23/Sen/Vet	
16:05	17:05	100m Cadeira Rodas	F/M	S18/S20/S23/Sen/Vet	
16:15	17:15	400m	F	S18/S20/S23/Sen/Vet	
16:25	17:25	400m	M	S18/S20/S23/Sen/Vet	
16:25	17:25	Peso (4Kg / 7,260Kg)	F/M	S18/S20/S23/Sen/Vet	
16:30	17:30	Martelo (4Kg / 7,260Kg)	F/M	S18/S20/S23/Sen/Vet	
16:40	17:40	200m	F	S18/S20/S23/Sen/Vet	
16:45	17:45	Dardo (600g / 800g)	F/M	S18/S20/S23/Sen/Vet	
16:55	17:55	200m	M	S18/S20/S23/Sen/Vet	
17:05	18:05	Comprimento	F/M	S18/S20/S23/Sen/Vet	
17:15	18:15	400m B (0,76m)	F	S18/S20/S23/Sen/Vet	
17:30	18:30	400m B (0,91m)	M	S18/S20/S23/Sen/Vet	
17:55	18:55	1500m	F	S18/S20/S23/Sen/Vet	
18:05	19:05	1500m	M	S18/S20/S23/Sen/Vet	
18:25	19:25	800m	F	S18/S20/S23/Sen/Vet	
18:35	19:35	800m	M	S18/S20/S23/Sen/Vet	
18:45	19:45	3000m Ob (0,91m)	M	S20/S23/Sen/Vet	
19:00	20:00	5000m	M	S20/S23/Sen/Vet	

Parceiros Institucionais:



Patrocinadores:





ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

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



REGULAMENTO:

1 – PARTICIPAÇÃO:

Atletas filiados na época desportiva 2023/2024, em representação de clubes ou com filiação individual;

Os atletas aceites na competição será de acordo com o número que o programa horário comporte para que o mesmo seja exequível. Para isso seguiremos os seguintes critérios de seleção:

- 1 – Atletas convidados
- 2 – Melhores marcas

A Organização reserva-se no direito de excluir atletas da competição que não cumpram o estipulado no regulamento da competição e/ou regulamento geral de competições da FPA.

2 – INSCRIÇÕES:

Devem ser efetuadas na plataforma - competicoes.aalisboa.com.pt, até dia 13 de maio de 2024 (segunda-feira);

A lista com os atletas em competição será divulgada dia 15 de maio de 2024.

As confirmações serão realizadas aquando do levantamento do dorsal, até 1 hora antes do início da prova nas corridas, 1h 30m para os concursos e 2 horas antes para o salto com Vara.

3 – ALTURA E PROGRESSÃO DAS FASQUIAS:

Progressão Fasquia Altura Masc: 1,79 --> (+5) 1,99m --> (+4) 2,11 --> (+3) □

Progressão Fasquia Altura Fem: 1,55 --> (+5) 1,70 --> (+3) □

Progressão Fasquia Vara (F/M): 2,80 --> (+20) 4,00 --> (+10) 4,90 --> (+5) □

4 – 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.

5 – PROVAS com CORRIDAS de BARREIRAS

Femininos

Escalão	Distância	Nº Barr	Altura	Dist 1ª Barr	Entre Barr	Últ à meta
Absolutos	100	10	0,84	13	8,5	10,5
Absolutos	400	10	0,76	45	35	40

Masculinos

Escalão	Distância	Nº Barr	Altura	Dist 1ª Barr	Entre Barr	Últ à meta
Absolutos	110	10	1,07	13,72	9,14	14,02
Absolutos	400	10	0,91	45	35	40

6 – PROVAS de LANÇAMENTOS

Femininos

Escalão	Martelo	Peso	Disco	Dardo	Martelo
Absolutos	4 kg	4 kg	1 kg	0,6 kg	

Masculinos

Escalão	Martelo	Peso	Disco	Dardo	Martelo
Absolutos	7,26 kg	7,26 kg	2 kg	0,8 kg	

7 – PROVAS de SALTOS HORIZONTAIS

Femininos

Escalão	Inf	Ini	Juv	Jun	Absolutos
Comprimento Tábua	1	3	3	3	3
Triplo Tábua	*	*	9	9	11

Masculinos

Escalão	Inf	Ini	Juv	Jun	Absolutos
Comprimento Tábua	1	3	3	3	3
Triplo Tábua	*	*	11	11	13

* colocação da tábua pode ser ajustada de acordo com os atletas em competição.
(Também se aplica a outros saltos e escalões.)

8 – PROVAS COM OBSTÁCULOS

Escalão	Distância	Nº Obst.	Nº Valas	Altura	Entre Obst.	Últ. À meta
S20/S23/Sen	3000	28	7	0,91	80m	62,2m

3000m Obst:

Haverá 5 saltos por volta, iniciam a passagem dos obstáculos depois da linha de chegada ter sido passada pela 1ª vez.

Na prova de 3000m ob, a distância desde a linha da partida até ao início da 1ª volta, não terá obstáculos.

A Direção
25 de abril de 2024