



## COMUNICADO COMP - 2025/2026 - REVISTO

### Meeting do Trabalhador

Estádio 1º Maio - INATEL - 01 de maio de 2026

CONFIRMAÇÃO	HORA	PROVA	GÉNERO	ESCALÃO	OBS.
14:15	15:15	110m B (1,07m)	M	S18/S20/S23/Sen/Vet	
14:30	15:30	Altura	F	S18/S20/S23/Sen/Vet	
14:30	15:30	Peso (7,260 Kg)	M	S18/S20/S23/Sen/Vet	até 18m+Adaptado
14:30	15:30	Tripla	M	S18/S20/S23/Sen/Vet	
14:40	15:30	100m B (0,84m)	F	S18/S20/S23/Sen/Vet	
14:45	15:45	400m	F	S18/S20/S23/Sen/Vet	
15:00	16:00	400m	M	S18/S20/S23/Sen/Vet	
15:20	16:20	100m Cadeiras de Rodas	F/M	Adaptado	
15:30	16:30	200m	F	S18/S20/S23/Sen/Vet	
15:55	16:55	200m	M	S18/S20/S23/Sen/Vet	
16:00	17:00	Peso (4 Kg)	F	S18/S20/S23/Sen/Vet	Inclui Adaptado
16:00	17:00	Tripla	F	S18/S20/S23/Sen/Vet	
16:25	17:25	800m	F	S18/S20/S23/Sen/Vet	
16:30	17:30	Altura	M	S18/S20/S23/Sen/Vet	
16:40	17:40	800m	M	S18/S20/S23/Sen/Vet	



## REGULAMENTO:

### 1 – PARTICIPAÇÃO:

Atletas filiados na época desportiva 2025/2026, em representação de clubes ou com filiação individual;  
Em cada prova só poderão participar, exclusivamente, atletas pertencentes aos escalões indicados no programa-horário.  
Cada atleta poderá inscrever-se em 2 provas individuais.

**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 da AAL
- 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 - 28 de abril de 2026 (terça-feira);  
Não serão aceites inscrições via email;

### 3 – ALTURA E PROGRESSÃO DAS FASQUIAS:

- Altura (F) – 1,40 (+6 cm) --> 1,52 (+4 cm) --> 1,64 (+3 cm)
- Altura (M) - 1,66 (+6 cm) --> 1,84 (+4 cm) --> 2,00 (+3 cm) □

### 4 - PRÉMIOS:

Três primeiros classificados em cada prova por género, masculino e feminino.

### 5 – 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.

### 6 – PROVAS com CORRIDAS de BARREIRAS

#### Femininos

Escalão	Distância	Nº Barr	Altura	Dist 1ª Barr	Entre Barr	Últ à meta
S18/S20/S23/Sen/Vet	100	10	0,76	13	8,5	10,5

#### Masculinos

Escalão	Distância	Nº Barr	Altura	Dist 1ª Barr	Entre Barr	Últ à meta
S18/S20/S23/Sen/Vet	110	10	1,07	13,72	9,14	14,02

### 7 – PROVAS de LANÇAMENTOS

#### Femininos

Escalão	Peso
S18/S20/S23/Sen/Vet	4 kg

#### Masculinos

Escalão	Peso
S18/S20/S23/Sen/Vet	7,26 kg

### 8 – PROVAS de SALTOS HORIZONTAIS

#### Femininos

Escalão	S18	S20	S23/Sen/Vet
Tripla Tábua	9	9	11

#### Masculinos

Escalão	S18	S20	S23/Sen/Vet
Tripla 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.)

A Direção  
29 de abril de 2026