



2021

35º  
Aniversário

Comunicado nº.33/2022

14 de Junho de 2022

## Campeonato Distrital de Absolutos e Veteranos + Provas de Preparação

A Associação de Atletismo de Beja com o apoio logístico da Câmara Municipal de Beja e da Câmara Municipal de Odemira vai realizar no dia **2 de Julho e 10 de Julho de 2022** na Pista de Atletismo do Complexo Desportivo Fernando Mamede e no Estádio Municipal de Odemira, o Campeonato Distrital de Absolutos e Veteranos.

BEJA - 1ª JORNADA - 02/07/2022		
09:00	Concentração	
09:30	Salto em Altura a)	ABS FEM + VET MASC/FEM
09:30	DARDO*	ABS MASC + VET MASC + <b>INIC MASC (EXTRA)</b>
09:30	200 METROS	ABS FEM + VET FEM
09:40	200 METROS	ABS MASC + VET MASC
09:50	QUADRUPLO SALTO	<b>INIC MASC (EXTRA)</b>
10:20	Salto em Altura b)	ABS MASC
10:20	DISCO*	ABS FEM/MASC + VET FEM/MASC + <b>INIC FEM/MASC (EXTRA)</b>
10:30	800 METROS	ABS FEM/MASC + VET FEM/MASC
11:00	4X100 METROS	ABS FEM + VET FEM
11:10	4X100 METROS	ABS MASC + VET MASC
11:15	DARDO*	ABS FEM + VET FEM + <b>INIC FEM (EXTRA)</b>
11:20	250 METROS BARREIRAS	<b>INIC MASC (EXTRA)</b>
ODEMIRA - 2ª JORNADA - 10/07/2022		
18:00	Concentração	
18:30	PESO *	ABS MASC + VET MASC
18:30	100 METROS	ABS FEM + VET FEM
18:40	100 METROS	ABS MASC + VET MASC
18:50	COMPRIMENTO c)	ABS FEM + VET FEM
19:00	3.000 METROS	ABS MASC/ FEM + VET MASC/FEM
19:20	400 METROS	ABS FEM + VET FEM
19:30	400 METROS	ABS MASC + VET MASC
19:30	PESO *	ABS FEM + VET FEM
19:50	COMPRIMENTO c)	ABS MASC + VET MASC
19:50	3.000 METROS OBSTÁCULOS (0,76)	ABS FEM + VET FEM
20:10	3.000 METROS OBSTÁCULOS (0,91)	ABS MASC + VET MASC
20:30	4X400 METROS	ABS FEM + VET FEM
20:25	4X400 METROS	ABS MASC + VET MASC

Rua Pablo Neruda, 1-A 7800 - 327 BEJA

Tel: 284 325 447

www.aabeja.org

atletismo.beja@gmail.com



2021

35º  
Aniversário

- a) Altura Inicial 1,20 m – Progressão de 5 em 5cm.
- b) Altura Inicial 1,35 m – progressão de 5 em 5cm
- c) Os Atletas do escalão Veterano podem escolher entre tábua a 3 Metros ou tábua a 1 Metro

### NORMAS REGULAMENTARES:

Os atletas federados utilizam o dorsal da época.

As provas de Preparação de Iniciados, servem de provas de Observação para a seleção de atletas para a fase final do Olímpico Jovem.

\*

		Dardo	Disco	Peso
Iniciado	Fem	500g	750g	
	Masc	600g	1kg	
ABS	Fem	600g	1kg	4kg
	Masc	800g	2kg	7,26kg
Vet A	Fem	600g	1kg	4kg
	Masc	800g	2kg	7,26kg
Vet B	Fem	500g	1kg	4kg
	Masc	700g	1,5kg	6kg
Vet C	Fem	500g	1kg	3kg
	Masc	600g	1kg	5kg

### CAMPEONATO DISTRITAL DE ABSOLUTOS

- Só podem participar atletas federados em representação de um clube ou a título individual dos escalões Juvenis, Juniores e Seniores.
- Cada atleta pode realizar 3 provas, mais a estafeta, num máximo de 2 por jornada.
- Os atletas Juvenis que participem em provas de distância igual ou superior a 300 metros, a seguir a esta, só poderão participar na estafeta de 4x100.
- Os atletas Juniores que participem em provas de distância igual ou superior a 1500 metros não poderão participar noutra corrida nessa jornada com exceção da estafeta.
- **OS ATLETAS VETERANOS DEVEM ESCOLHER A SUA PARTICIPAÇÃO, OU NO CAMPEONATO DISTRITAL DE ABSOLUTOS OU NO CAMPEONATO DISTRITAL DE VETERANOS, NÃO SENDO PERMITIDO A PARTICIPAÇÃO SIMULTÂNEA NOS DOIS CAMPEONATOS.**
- Nos concursos cada atleta tem direito a 3 ensaios, sendo apurados os 5 melhores para mais 1 tentativa.
- Haverá classificação coletiva, contando os 8 primeiros classificados em cada prova, atribuindo-se 8 pontos ao 1.º classificado, 7 ao segundo e assim sucessivamente até ao 8.º que pontua 1 ponto. - Haverá classificação coletiva Masculina e Feminina separada.

#### Prémios:

- Taça à primeira equipa masculina e feminina. Medalhas aos 3 primeiros classificados em cada prova.



2021

35º  
Aniversário

## CAMPEONATO DISTRITAL DE VETERANOS

- Só poderão participar atletas federados.
- Cada atleta pode participar em 3 provas + Estafeta, num máximo de 2 por jornada.
- Nos concursos cada atleta tem direito a 3 ensaios, sendo apurados os 5 melhores para mais 1 tentativa.

### Prémios:

- Medalhas para os 3 primeiros na geral em cada prova
- Taça à equipa campeã do Campeonato Distrital de Veteranos em Masculinos e Femininos.
- Será atribuído título de campeão distrital por prova, no escalão de veteranos, de 5 em 5 anos.

### Escalões de Veteranos:

Veteranos A dos 35 aos 44anos

Veteranos B dos 45 aos 54anos

Veteranos C mais de 55 Anos

- **INSCRIÇÕES:** Devem ser feitas pelos clubes ou atletas individuais através da plataforma <https://fpacompeticoes.pt> impreterivelmente até às **23:59 horas da quinta-feira, dia 30.06.2022 para a primeira jornada e até as 23:59 horas da quinta-feira, dia 06.07.2022 para a segunda jornada.** As confirmações serão realizadas on-line e estarão disponíveis entre as 12:00 horas do dia 1-07 e 07-07 e terminam 2 Horas antes do início da atividade em <https://fpacompeticoes.pt/> sendo necessário que cada clube ou atleta faça o seu login para o efeito. Os atletas poderão também fazer a confirmação da sua prova através do seu número de documento de identificação. Os clubes que ainda não possuem as credenciais de acesso a esta plataforma deverão enviar os seguintes dados: sigla, nome e email do responsável do clube para [fpacompeticoes@fpatletismo.pt](mailto:fpacompeticoes@fpatletismo.pt).
- Para a realização de séries nas provas de velocidade deve ser indicado durante a inscrição o melhor tempo do atleta desta época ou da transata, sendo os atletas com as melhores marcas colocados da pista 2 à 5.

### Procedimento para Autorização de Participação em Competições da AABEJA

A participação nas competições da Associação de Atletismo de Beja está sujeita a vários procedimentos, nomeadamente:

- Inscrição dentro da data-limite de inscrição;
- Não são aceites inscrições, após a data-limite de inscrição;
- Não são aceites inscrições no dia da prova;
- Não são aceites inscrições à hora;

**Nota: O programa horário poderá sofrer alterações, em função do número de juizes disponíveis no dia da competição e das inscrições realizadas.**

Diretor de Competição – Patrícia Vaz

Diretor de Reunião – Amélia Vaz

A Associação de Atletismo de Beja

Rua Pablo Neruda, 1-A 7800 - 327 BEJA

Tel: 284 325 447

[www.aabeja.org](http://www.aabeja.org)

[atletismo.beja@gmail.com](mailto:atletismo.beja@gmail.com)