



# ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE SETÚBAL

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

FUNDADA EM 18 DE OUTUBRO DE 1983

RUA JOSÉ PEDRO DA SILVA, N.º 11 - R/C - ESQ.

PESSOA COLECTIVA N.º 501 408 657

TELEFONE 265 234 292 - FAX 265 523 436 - www.setubal-asas.com.pt - Email: asas@net.vodafone.pt - 2910-575 SETÚBAL

COMUNICADO N.º 10/2017

**(HORÁRIO RETIFICADO)**

Setúbal, 31/01/2017

**COMPETIÇÃO: CAMPEONATO REGIONAL DE INVERNO CLUBES (TROFÉU NARCISO GALHANO)  
+ TROFÉU REGIONAL BENJAMINS B (2ª JORNADA)**

**LOCAL:** Pista Municipal de Atletismo da Sobreda (Almada)

**DATA:** 11 de Fevereiro de 2017

**ORGANIZAÇÃO:** Associação de Atletismo de Setúbal

**APOIO:** Câmara Municipal de Almada

## PROGRAMA - HORÁRIO

### SÁBADO (11/FEVEREIRO)

INSCRIÇÕES	APRESENTAÇÃO NA CÂMARA CHAMADA	ENTRADA NA PISTA	HORA DA PROVA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBS.
		14.00	14.30	Vara	ABS.	FEM.	<b>(a)</b>
		14.00	14.30	Vara	INIC.	FEM.	<b>(a) - Extra</b>
		14.00	14.30	Peso (7.260 Kg)	ABS.	MASC	
		14.00	14.30	Triplo	ABS.	FEM	(T. 9m.)
Até 14.00	14.10	14.20	14.30	60 Metros	ABS.	MASC	Séries
Até 14.15	14.25	14.35	14.45	60 Metros	ABS.	FEM	Séries
Até 14.30	14.40	14.50	15.00	150 Metros	<i>BENJ. B</i>	MASC	Séries
Até 14.45	14.55	15.05	15.15	150 Metros	<i>BENJ. B</i>	FEM	Séries
Até 15.00	15.10	15.20	15.30	3.000 Metros	ABS.	MASC	
		15.00	15.30	Peso (4 Kg)	ABS.	FEM	
		15.00	15.30	Triplo	ABS.	MASC	(T. 11m.)
		15.00	15.30	Vara	ABS.	MASC	<b>(b)</b>
Até 15.15	15.25	15.35	15.45	3.000 Metros	ABS.	FEM	
Até 15.30	15.40	15.50	16.00	800 metros	ABS.	MASC	
Até 15.30	15.55	16.05	16.15	800 metros	ABS.	FEM	
Até 16.00	16.10	16.20	16.30	1.000 metros	<i>INFANTIL</i>	FEM	<b>Extra</b>
		16.00	16.30	Altura	<i>BENJ. B</i>	FEM	<b>(c)</b>
		16.00	16.30	Altura	<i>BENJ. B</i>	MASC.	<b>(c)</b>
Até 16.15	16.25	16.35	16.45	1.000 metros	<i>INFANTIL</i>	MASC	<b>Extra</b>
Até 16.30	16.40	16.50	17.00	200 Metros	ABS.	MASC	Séries
Até 16.45	16.55	17.05	17.15	200 Metros	ABS.	FEM	Séries
Até 17.00	17.10	17.20	17.30	60 m./Bar.(1.06)	ABS.	MASC	Séries
Até 17.15	17.25	17.35	17.45	60 m./Bar. (0.84)	ABS.	FEM	Séries
Até 17.30	17.40	17.50	18.00	4X400 metros	ABS.	MASC	Séries
Até 17.45	17.55	18.05	18.15	4X400 metros	ABS.	FEM	Séries

**Nota:** Este horário pode sofrer ajustamentos caso surjam situações que o justifiquem.

## **REGULAMENTO**

### **CAMPEONATO REGIONAL DE INVERNO CLUBES (TROFÉU NARCISO GALHANO)**

#### **ALTURA DAS FASQUIAS**

(a) - Inicia a 1.90; 2.00; 2.10; 2.20; 2.30; 2.35; .....

(b) - Inicia a 2.60; 2.80; 3.00; 3.20; 3.40; 3.60; 3.75; 3.90; 4.00; .....

#### **PARTICIPAÇÃO**

- Só podem participar atletas federados dos escalões de Juvenis, Juniores e Seniores;
- Só podem participar clubes que apresentem no mínimo de 6 atletas nas provas individuais;
- Cada clube apenas pode participar com 1 atleta por prova e 1 equipa de estafeta;
- Cada atleta pode participar em 2 provas individuais e na estafeta;
- Extracompetição estes clubes podem participar com outros atletas;
- Podem participar extracompetição atletas de clubes que não estão a competir coletivamente;
- Os atletas Juvenis não podem participar na prova de Peso (7.260 kg);
- Cada clube apenas pode apresentar uma equipa por sexo;
- Os atletas Juvenis que participarem numa prova de distância igual ou superior a 300 metros e os atletas Juniores que participarem numa prova de distância igual ou superior a 1.500 metros, não poderão participar noutra corrida ou prova de marcha, independentemente da ordem de participação nessas provas.

#### **CLASSIFICAÇÃO**

- Só haverá classificação coletiva;
- A classificação coletiva será elaborada, atribuindo-se ao 1º classificado o número de pontos igual ao número de clubes participantes e assim sucessivamente por ordem decrescente.

#### **PRÉMIOS**

- Serão atribuídas Taças às 3 primeiras equipas de cada sexo.

#### **CONCURSOS**

- Todos os atletas terão direito a 3 ensaios e os primeiros 8 a mais 3 ensaios.

#### **INSCRIÇÕES**

- As inscrições para as corridas terão de ser efetuadas nas fichas que enviamos em anexo e entregues na mesa de inscrições;
- As inscrições para os concursos serão efetuadas nos respetivos locais. No entanto se os Clubes participarem com mais do que 1 atleta, terão que indicar qual o atleta que é efetivo e quais são os extras.

## TROFÉU REGIONAL BENJAMINS B

### **ALTURA DAS FASQUIAS**

(b) – Início a definir no local.

### **PARTICIPAÇÃO**

- Só podem participar atletas federados do escalão de Benjamins B e Desporto Escolar;
- Atletas Benjamins A, não podem participar;
- Para efeitos de classificação em cada Jornada, os atletas terão de participar numa corrida, e num concurso;
- Cada atleta pode participar até duas provas;
- **150 Metros** – Partida de pé, um à frente do outro; a partida é dada com tiro de pistola e a cronometragem é eletrónica.

### **PRÉMIOS**

- Medalhas aos 3 primeiros classificados em cada jornada por sexo no conjunto das duas provas;

### **NOTAS:**

- A participação de atletas de outras Associações, é regulamentada pelas normas da Circular nº 09/2017, excetuando as Associações com as quais existem protocolos e parcerias.
- Situações pontuais que surjam no decorrer da competição e que não estejam previstas no presente Regulamento, terão que ser apresentadas ao Delegado Técnico da competição.

Pel'O Departamento Técnico  
da As.A.S.



# ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE SETÚBAL

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

FUNDADA EM 18 DE OUTUBRO DE 1983

RUA JOSÉ PEDRO DA SILVA, N.º 11 - R/C - ESQ.

PESSOA COLECTIVA N.º 501 408 657

TELEFONE 265 234 292 - FAX 265 523 436 - www.setubal-asas.com.pt - Email: asas@net.vodafone.pt - 2910-575 SETÚBAL

## - CAMPEONATO REGIONAL DE INVERNO DE CLUBES

### - TROFÉU NARCISO GALHANO -

#### - *FICHA DE INSCRIÇÃO*

CLUBE \_\_\_\_\_

### FEMININOS

DORSAL	NOME	PROVA	MARCA (*)
		60 Metros	
		60 M./Barreiras	
		200 Metros	
		800 Metros	
		Peso	
		Triplo	
		Vara	
		3.000 Metros	
		4x400 metros	
		4x400 metros	
		4x400 metros	
		4x400 metros	

### EXTRAS


(\*) Só é necessário para as Corridas.

Os atletas que derem tempos falsificados serão desclassificados.



# ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE SETÚBAL

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

FUNDADA EM 18 DE OUTUBRO DE 1983

RUA JOSÉ PEDRO DA SILVA, N.º 11 - R/C - ESQ.

PESSOA COLECTIVA N.º 501 408 657

TELEFONE 265 234 292 - FAX 265 523 436 - [www.setubal-asas.com.pt](http://www.setubal-asas.com.pt) - Email: [asas@net.vodafone.pt](mailto:asas@net.vodafone.pt) - 2910-575 SETÚBAL

## - CAMPEONATO REGIONAL DE INVERNO DE CLUBES

### - TROFÉU NARCISO GALHANO -

#### - FICHA DE INSCRIÇÃO

CLUBE \_\_\_\_\_

### MASCULINOS

DORSAL	NOME	PROVA	MARCA(*)
		60 Metros	
		60 M./Barreiras	
		200 Metros	
		800 Metros	
		Peso	
		Triplo	
		Vara	
		3.000 Metros	
		4x400 metros	
		4x400 metros	
		4x400 metros	
		4x400 metros	
<b>EXTRAS</b>			

(\*) Só é necessário para as Corridas.

Os atletas que derem tempos falsificados serão desclassificados.