



Regulamento

2º Á NOITE NA PISTA

02.07.2025

Estádio Municipal Eduardo de Sousa Lima - Portalegre

A **2ª À NOITE NA PISTA** é organizada pela Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre, com o apoio do Município de Portalegre e é aberto a atletas filiados de todas as Associações. Realiza-se no dia 02 de julho de 2025, a partir das 19h no Estádio Municipal Eduardo de Sousa Lima em Portalegre. Esta competição está inserida no Circuito de Pista AADP e pode ser consultada no sítio aadp.pt, e portal FPA Competições

1. Programa-Horário

Hora	Prova	Escalão	Género	Observações
18h30	Abertura do secretariado			
19h00	Circuito Benjamins-A + Música Ambiente	Sub10	M/F	Máximo 12 + 12 atletas
19.00h	Comprimento *	Sub12	M/F	Máximo 8 + 8 atletas
19.25h	Comprimento *	Sub14	M/F	Máximo 8 + 8 atletas
19.50h	80m	Sub16	M/F	Máximo 12 + 12 atletas
20.00h	200m	Sub18	M/F	Máximo 10 + 10 atletas
20.15h	60 metros	Sub12	M/F	Máximo 12 + 12 atletas
20.25h	60 metros	Sub14	M/F	Máximo 12 + 12 atletas
20,35h	1000 m marcha promotion competition (Absolutos) + Música ambiente	Benj.B a Veteranos.	M/F	40 atletas
21.00h	400 metros	Sub20 a Séniores	M/F	Máximo 10 + 10 atletas
21.15h	400 metros	Veteranos	M/F	Máximo 10 + 10 atletas

* Nas provas de comprimento cada atleta realiza 3 ensaios

* Os Veteranos competem em séries onde estarão presentes apenas Veteranos, e serão agrupados por escalões, de idades o mais aproximadas possíveis.

* Os horários poderão ser ajustados dependendo do número de inscritos.

1.1.Circuito Benjamins-A

O circuito Benjamins-A será composto por 4 estações que contemplam os 4 fundamentos do Atletismo (Correr, Saltar, Lançar, Marchar).

1.2.Competição promocional de marcha

Podem participar atletas dos escalões de Sub12 a Veteranos.

Na pista 1, Sub18, Sub20, Sub23, Séniores e Veteranos. Na pista 4, Sub12, Sub14, e Sub16.



2. Escalões Etários

Escalão	Ano de nascimento	Género	Provas
Benjamins-A (Sub10)	2016/2021	Masculino/Feminino	Circuito Benjamins-A
Benjamins-B. (Sub12)	2014/2015	Masculino/Feminino	Comprimento / 60m/ Marcha Promotion
Infantis (Sub14)	2012/2013	Masculino/Feminino	Comprimento / 60m / Marcha Promotion
Iniciados /Sub16)	2010/2011	Masculino/Feminino	80m / Marcha Promotion
Juvenis (Sub18)	2008/2009	Masculino/Feminino	200m / Marcha Promotion
Júniors (Sub20)	2006/2007	Masculino/Feminino	400m / Marcha Promotion
Sub23	2005/2004/2003	Masculino/Feminino	400m / Marcha Promotion
Séniors	2002 a 1991	Masculino/Feminino	400m / Marcha Promotion
Veteranos I a VIII	1986/1955 e antes	Masculino/Feminino	400m / Marcha Promotion

3. INSCRIÇÕES

- 3.1. As inscrições são totalmente gratuitas para atletas filiados, e terão um custo de 3€, para os não filiados, e deverão ser efetuadas até às 23h59', de dia 28 de junho de 2025, a partir da ligação <https://www.aadp.pt>.
- 3.2. Na admissão nas respetivas provas será tida em conta as marcas de inscrição, nunca ultrapassando o número de atletas previstos para cada prova, exceto no caso dos atletas da AADP que terão entrada assegurada independentemente do número de atletas inscritos.
- 3.3. Os atletas filiados na AADP competem com os seus dorsais anuais individuais, os atletas de outras Associações devem levantar um dorsal provisório para a prova no secretariado.

4. AJUIZAMENTO

- 4.1 O ajuizamento da prova será feito pelo Conselho de Arbitragem da Associação Distrital de Atletismo de Portalegre, com base no regulamento geral de competições da FPA, e internacional da World Athletics.

5. CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS

- 5.1 Medalhas de participação para todos os atletas Benjamins-A,
- 5.2 Medalhas para os 3 primeiros classificados dos escalões jovens, de Sub12, Sub14, Sub16 e Sub18.



6. CERIMÓNIAS PROTOCOLARES

6.1 A cerimónia de entrega de prémios irá decorrer pelas 20,30h antes da prova de Marcha Promotion Competition.

7. RECLAMAÇÕES / PROTESTOS / CASOS OMISSOS

7.1 Para qualquer protesto deve o mesmo ser efetuado até 30 minutos após a conclusão da prova a que o mesmo se refere.

7.2 Os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pela organização e de acordo com o Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.

8. DIREITOS DE IMAGEM E PROMOÇÃO

8.1 A aceitação do presente regulamento traduz, obrigatoriamente, que o praticante autoriza a organização da prova à gravação total ou parcial da sua participação na mesma.

8.2. Pressupõe também a sua concordância para que a organização possa utilizar a sua imagem para a promoção e difusão da prova em todas as suas formas (toda a comunicação social, internet, fotografia, vídeo, cartazes, etc.) e cede todos os direitos à sua exploração comercial e publicitaria que considere oportuno executar, sem direito, por parte do atleta, a receber qualquer compensação económica ou em espécies

Diretor de competição: Daniel Madeira

Anexo 1 – Circuito de Benjamins-A

1. Marcha Kids



Percurso de 100 metros ida e volta de marcha, na reta da meta. A reta da meta é dividida com pinos entre as pistas 3 e 4, com os atletas, em conjunto a partirem em sentido contrário à chegada, percorrerem cerca de 100 metros, dando a volta a um poste sinalizador, e realizando os restantes 100 metros na direção da meta.

2. Comprimento kids



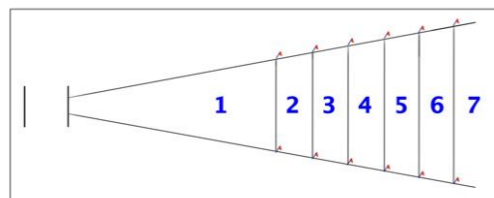
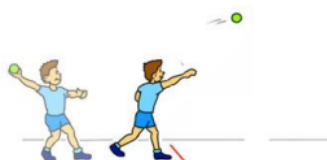
Salto em comprimento normal, com corrida limitada a 7m e chamada sobre zona assinalada com pinos (60 x 60cm), a 50cm do limite do bordo da caixa. Medição por níveis (intervalos de 30cm), com o 1º nível situado a 1 metro. 3 ensaios

3. Corrida individual vai-vém Kids.



Estafeta individual (3 atletas de cada vez) frontal c/ 10m de percurso, cada um efetuando uma corrida com um testemunho, a partir do local de partida, que o irá depositar num arco no final dos 10 metros, regressando ao ponto de partida, e repetindo a ação até depositar o 3º testemunho.

4. Lançamento da bola Kids



Lançamento a uma mão (tipo Dardo) de uma bola de ténis (com ou sem balanço) antes da linha de lançamento. Pontuação 1ª linha 10m = 2p; 2ª linha 15m = 3p; 3ª linha = 20m ou mais = 4p. 4 ensaios