



**REGULAMENTO**  
**Torneio de Saltos e Meio-Fundo**  
*Estádio Eduardo de Sousa Lima, Portalegre*  
**Portalegre, 26 de março de 2022**  
**Sábado – 15H00**  
\*Plano de Contingência em Anexo

**Artigo 1º.**  
**(Organização)**

1. A organização do **Torneio de Saltos e Meio-Fundo 2022** é uma iniciativa da **Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre (AADP)**, com o apoio da Câmara Municipal de Portalegre.
2. A realizar no dia **26 de março de 2022**, no Estádio Municipal pelas **15:00 horas**, com ajuizamento do Conselho de Arbitragem da AADP.

**Artigo 2º**  
**(Objetivo)**

1. Visa proporcionar aos **atletas filiados** na **Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre (AADP)** um momento de competição apurando o melhor atleta no conjunto das provas do **Torneio de Saltos e Meio-Fundo 2022** escalão e sexo, bem como apurar o melhor Clube no conjunto de todas as classificações obtidas

**Artigo 3º**  
**(Inscrições)**

1. As inscrições dos Atletas devem ser feitas pelos Clubes ou Atletas Individuais através da página <https://www.aadp.pt/> aceitando e cumprindo as normas e indicações constantes no presente regulamento, aquando da sua inscrição.
2. Os atletas filiados na AADP participam com os **dorsais de filiação**.
3. Os atletas filiados para a época 2021/2022 devem fazer a inscrição até ao dia **23 de março (quarta-feira)**, até às 23:59 horas.
4. Para os atletas **filiados na AADP**, a **inscrição é gratuita** até ao dia **23 de março**, após essa data, tem uma taxa de 1€.
5. Para os **atletas filiados em outras Associações distritais**, a **inscrição tem uma taxa de 2€** até ao dia **23 de março**, após esse dia a inscrição tem uma taxa de 5€.
6. Para os **não filiados**, a **inscrição tem uma taxa de 5€** até ao dia **23 de março**, após esse dia a inscrição tem uma taxa de 8€.

**Artigo 4º.**  
**(Escalões participantes)**

1. Para **Torneio de Saltos e Meio-Fundo 2022** estarão abertos aos seguintes escalões:
  - Benjamins A Masc. e Fem. (2013, 2014 e 2015) – (Não Competitivo)
  - Benjamins B Masc. e Fem. (2011 e 2012) – (Não Competitivo)
  - Infantis Masc. e Fem. (2009 e 2010)



- Iniciados Masc. e Fem. (2007 e 2008)
- Juvenis Masc. e Fem. (2005 e 2006)
- Absolutos Masc. e Fem. (2002 e antes)

**Artigo 5º.  
(Disciplinas em Competição)**

Escalões	Comprimento	Altura	800m	1000m	1500m	5000m	Estafetas 4x60	Obs.
Benjamins A	✓						✓	
Benjamins B	✓						✓	
Infantis Masculinos	✓		✓	✓				
Infantis Femininos	✓		✓	✓				
Iniciados Masculinos	✓		✓		✓			
Iniciados Femininos	✓		✓		✓			
Juvenis Masculinos		✓	✓		✓			
Juvenis Femininos		✓	✓		✓			
Absolutos Masculinos		✓			✓	✓		
Absolutos Femininos		✓			✓	✓		

**Artigo 6º.  
(Normas Regulamentares da prova)**

1. Poderão participar atletas masculinos e femininos dos escalões e categorias de Infantil, Iniciado, Juvenil e Absolutos que se enquadrem numa das seguintes situações:
  - a) Estejam filiados na Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre;
  - b) Sejam Portugueses e estejam filiados numa Associação Distrital ou numa Federação estrangeira Congénere;
  - c) Sejam estrangeiros e estejam filiados numa Associação Distrital;
  - d) Ou que, sendo estrangeiros com nacionalidade de um país da União Europeia e filiados numa Federação congénere, tenham obtido autorização expressa da FPA e da AADP para participar nessa Competição;
  - e) Sejam portugueses e não se encontrem filiados em qualquer estrutura sob tutela da IAAF.
2. As normas regulamentares COVID 19, de circulação em prova e de segurança constam em ANEXO.
  - a. **USO OBRIGATÓRIA DE MÁSCARA;**
  - b. **A máscara só poderá ser retirada por indicação dos oficiais de competição.**



### Artigo 7º (Secretariado)

1. O **secretariado** terá como horário de abertura as **14:00 e fecho as 15:00**.
2. Durante o horário de funcionamento do secretariado não será possível fazer inscrições de encontro ao previsto no ponto 5 e 6 do artigo. 3º do presente regulamento.
3. As mudanças de provas no dia serão aceites desde que oficializadas durante o horário de funcionamento do secretariado.

### Artigo 8º. (Horários)

14:00	Abertura Secretariado		Obs.
14:45	Encerramento Secretariado		
15:00	Comprimento	Infantis F/M + Desporto Adaptado	
<b>15:00</b>	<b>Altura</b>	<b>Juvenis F + Absolutos F</b>	Fasquia começa a 1m05 (sobe de 5 em 5)
15:15	Comprimento	Benjamins A + Benjamins B	Em precisão
<b>15:45</b>	Comprimento	Iniciados F/M	
15:45	Altura	Juvenis M + Absolutos M	Fasquia começa a 1m15 (sobe de 5 em 5)
<b>16:00</b>	<b>Estafetas 4x60</b>	<b>Benjamins A + Benjamins B</b>	
16:30	800m	Infantis M + Iniciados M + Juvenis M	
16:40	800m	Infantis F + Iniciados F + Juvenis F	
16:50	<b>1000m</b>	<b>Infantis M</b>	
16:55	<b>1000m</b>	<b>Infantis F</b>	
17:00	1500m	<b>Iniciados F + Juvenis F + Absolutos F</b>	
17:15	<b>1500m</b>	<b>Iniciados M + Juvenis M + Absolutos M</b>	



17:20	5000m	Absolutos F	
17:50	5000m	Absolutos M	

**Nota:** O Programa horário pode sofrer alterações, no decorrer da competição devido ao nº de juizes disponíveis.

**Os atletas apenas podem realizar 2 provas (1 concurso + 1 corrida)**, para mais informações, consultar Regulamento Geral de Competições da FPA.

#### **Artigo 9º. (Classificações)**

1. Será estabelecida uma classificação individual, por sexo e escalão em cada prova.
2. Será estabelecida uma classificação coletiva pelo somatório dos pontos das provas dos atletas das respetivas equipas, conforme a tabela internacional de pontuação da IAAF.

#### **Artigo 10º. (Cerimónia de entrega de Prémios)**

1. A cerimónia de entrega de prémios será realizada após o término da jornada.
2. Haverá prémios aos 3 primeiros de cada prova.

#### **Artigo 11º. (Direitos de Imagem)**

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.
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.

#### **Artigo 12º. (Casos omissos)**

1. A resolução de casos omissos é da competência da Direção da AADP, em consonância com o Regulamento Geral de Competições da FPA, não cabendo recurso da decisão.

Portalegre, 11 de março de 2022

O Presidente da Direção

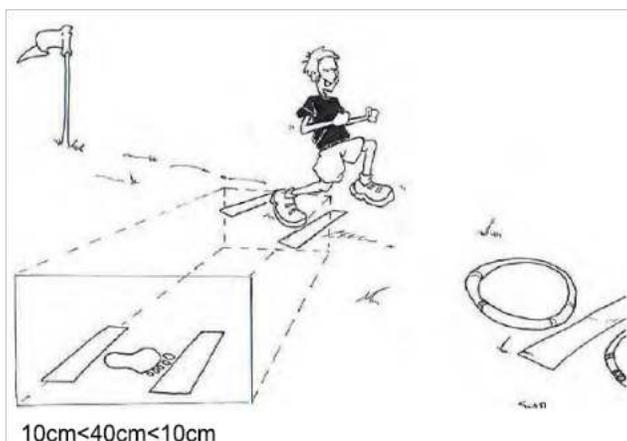
**Luís Rodrigues**

O Diretor Técnico Regional

Nuno Manuel Lourinho Preciado

## ANEXO I BENJAMINS

### Salto em Comprimento (em precisão)



- Controlar a precisão da queda;
- Registrar as marcas.

**Procedimentos:** A partir de uma corrida de preparação de 10 metros, no máximo, os participantes fazem um salto em comprimento.

**Pontuação:** - Cada participante tem **3 tentativas** e todas as marcas são registadas.

**Assistentes:** Dois assistentes com as seguintes funções:

- Controlar a precisão da chamada;



## **Estafetas 4x60 (adaptado)**

**Procedimentos:** São necessárias duas pistas para cada equipa, uma com a zona de transmissão e outra sem.

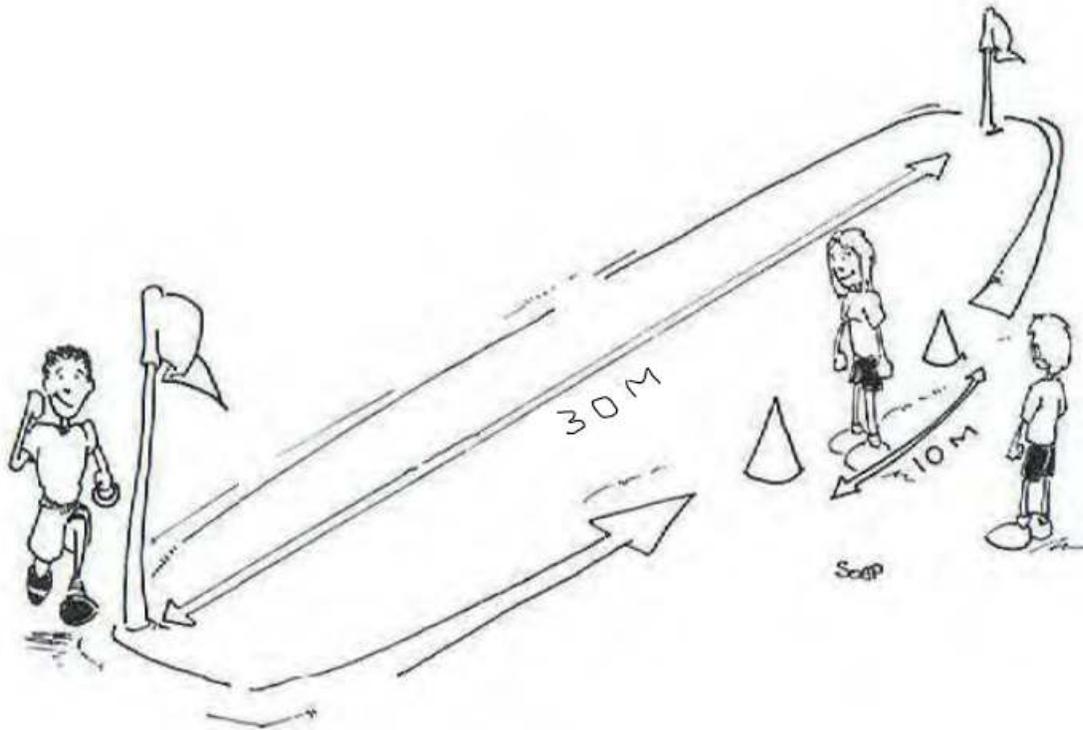
Todos os membros da equipa estão juntos perto do primeiro pino da zona de 10 metros, apenas o elemento que vai correr de seguida se encontra na zona de transmissão (zona de 10 metros).

O primeiro participante começa a correr na linha de partida, junto do primeiro pino da zona de transmissão, dá a volta ao primeiro poste com a bandeira, faz a corrida de velocidade em direção ao outro poste com a bandeira e corre em direção à zona de transmissão para fazer a passagem de testemunho (ringue de borracha) e assim, sucessivamente, até o último completar a volta terminando no primeiro poste da zona de transmissão.

**Pontuação:** - O ranking evolui de acordo com o tempo da equipa vencedora.

**Assistentes:** um assistente por equipa com as seguintes funções:

- Controlar e regular todo o procedimento;
- Registrar os tempos.



**Plano de Contingência**  
**Torneio de Saltos e Meio-Fundo**  
*Estádio Eduardo de Sousa Lima, Portalegre*  
**Portalegre, 26 de março de 2022**  
**Sábado – 15H00**



O presente Regulamento/Plano de Contingência da Associação de Atletismo de Portalegre (AADP) foi elaborado de acordo e tendo por base o art.º 34. –B do DL nº 39-A/2020 de 16 de julho – Avaliação de risco nos locais de trabalho – e as Orientações nº 30 - e 36/2020 – Desporto e Competições Desportivas da Direção Geral da Saúde.



Na adaptação à modalidade de Atletismo - considerada de Baixo Risco - de acordo com o algoritmo de estratificação do Anexo 2 e 3 da Orientação nº 36 da Direção Geral da Saúde são apresentadas as medidas, que todos os intervenientes terão que ter conhecimento e garantir o seu cumprimento.

## **Normas Regulamentares COVID-19**

1. A competição destina-se a atletas filiados na AADP e na FPA em que as limitações impostas pela COVID-19 implicam que a realização de competições de atletismo tenha um conjunto de regras específicas, que pode ser consultado no **Programa de Retorno à Competição**, nas **Normas de atuação para a retoma progressiva às competições** e nas **Recomendações para Juízes**, documentos disponíveis no site oficial da Federação Portuguesa de Atletismo. As indicações e normas inscritas nesses documentos vão ao encontro e não se sobrepõem às orientações estipuladas pela Direção Geral da Saúde e pelo Instituto Português do Desporto e Juventude para a utilização de recintos desportivos e para a realização da prática desportiva;
2. A Competição rege-se pelas normas gerais do Regulamento Geral de Competições da FPA **cumprindo a Resolução do Conselho de Ministros nº.157/2021 de 27 de novembro e as orientações nº 30/20, 36/20 e 09/21 da Direção Geral de Saúde**
3. As medidas específicas são aplicadas à prática desportiva enquadrada de acordo com a estratificação de risco de contágio por SARS-CoV-2 para a modalidade desportiva, - ATLETISMO -, considerada Modalidade desportiva de baixo risco;
4. A COVID-19 é uma doença causada pela infeção pelo novo Coronavírus (SARS-CoV-2). A doença manifesta-se predominantemente por sintomas respiratórios, nomeadamente, febre, tosse e dificuldade respiratória, podendo também existir outros sintomas, entre os quais, odinofagia (dor de garganta), dores musculares generalizadas, cefaleias (dores de cabeça), fraqueza, e, com menor frequência, náuseas/vómitos e diarreia.
5. Os atletas que apresentem sinais ou sintomas sugestivos de COVID-19 não deverão dirigir-se para o local da competição. Deverão contactar a Linha SNS24 (808 24 24 24) ou outras linhas telefónicas criadas especificamente para o efeito e seguir as recomendações que lhe forem dadas.
6. Cada participante é responsável pelo seu estado de saúde e devem estar devidamente informados, pelos seus clubes, dos riscos decorrentes desta pandemia, e que a sua participação resulta de uma decisão tomada pelo próprio atleta, ou representante legal em caso deste ser menor.
7. A competição tem um responsável máximo, Presidente da AADP, que pode caso se justifique, modificar e ampliar as regras de segurança e, caso se detete algum caso suspeito de COVID-19, cancelar o evento.
8. A organização subscreveu um seguro desportivo, vigorando o obrigatório para atletas filiados na FPA.

## **Normas de Segurança/Circulação em prova**

1. Será mantido um registo de todos os participantes no evento (atletas, treinadores, staff do evento, funcionários do estádio e público) com indicação do nome, e-mail, contacto telefónico, proveniência dos participantes (especificar caso haja participantes de outras regiões/concelhos do país), por data e hora (entrada e saída) para efeitos de apoio no inquérito epidemiológico da Autoridade de Saúde. Este registo ficará disponível até 15 dias após o evento;



2. Será permitida a entrada de público cumprindo as normas e orientações em vigor à data de realização da prova. Apenas poderão entrar no estádio (zona comum a atletas) os atletas que vão competir, os respetivos treinadores, um delegado de cada clube e os elementos afetos à organização do evento;
3. Dentro do estádio, todos os elementos afetos à organização, os delegados dos clubes e os treinadores dos atletas deverão usar máscara.
4. No momento da entrada, todas as pessoas deverão higienizar as mãos com uma solução de base alcoólica disponibilizada pela organização, onde também encontrarão dispensadores de produto desinfetante de mãos, não só nas entradas e saídas do estádio, mas também, em outros pontos do local da realização do evento, de fácil acesso aos utilizadores e aos colaboradores;
5. A chamada dos atletas será realizada pela organização segundo o horário de prova previsto pelo artigo correspondente;
6. O aquecimento para a competição será feito fora da zona de competição, de forma individual e evitando ajuntamentos. Após entrarem na pista, os atletas poderão fazer o aquecimento específico nos locais indicados pelos juizes/organização;
7. Sempre que os atletas terminem a sua prova ou competição deverão obrigatoriamente deixar a zona de prova e dirigir-se para os locais pré-estabelecidos pela organização;
8. Treinadores e dirigentes deverão permanecer fora da zona de competição com a exceção de ordem de entrada pela organização;
9. Assim que entrarem no estádio, os atletas deverão dirigir-se imediatamente para o local da pista onde decorrerá a sua prova fazendo o uso de máscara;
10. Todos os agentes desportivos deverão observar uma distância de 2 metros entre si e, no caso dos atletas que estão a competir;
11. Os atletas e juizes deverão cumprir rigorosamente com as regras definidas para cada prova;
12. Não poderá, em caso algum, haver contacto físico entre atletas, para que em quaisquer intervenções verbais, as máscaras não sejam removidas, incluindo nas situações de eventuais entrevistas e fotografias;
13. Manter e cumprir o distanciamento físico de todos os intervenientes, inclusive, nas sessões protocolares, na cerimónia de entrega de prémios e nos momentos destinados à fotografia;
14. Antes, durante e no final da competição, a AADP fará a higienização de todos os equipamentos e espaços de competição utilizados. Será também desinfetado tudo o que possa ser tocado por vários utilizadores, como maçanetas das portas ou corrimões. Sempre que possível, as portas devem permanecer abertas;
15. Não haverá balneários disponíveis para a toma de banhos;
16. Deve-se promover o arejamento dos espaços fechados, como por exemplo a sala do secretariado, de forma natural;
17. Será assegurada a colocação de contentores adequados para a deposição de máscaras faciais, em número suficiente e dispersos pelos vários locais do evento;
18. As medidas preventivas relativas a cada disciplina constam no Art.º 10 – Horários no campo Observações.
19. Caso algum agente desportivo manifeste sintomas de infeção por COVID19 durante a competição, será encaminhado para uma sala de isolamento, que possui todos os requisitos exigidos pela DGS conforme o previsto na alínea A), do Anexo I, da Orientação n.º 006/2020 de 26/02/2020, atualizada a 29/11/2021;