

**REGULAMENTO**  
**Atleta Completo Regional**  
*Estádio Municipal de Elvas*  
**Elvas, 05 e 06 de abril de 2025**  
**Sábado – 14H00**  
**e**  
**Domingo – 09H00**

**Artigo 1º.**  
**(Organização)**

1. A organização do **Atleta Completo Regional** é uma iniciativa da **Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre (AADP)**, com o apoio da Câmara Municipal de Elvas.
2. A realizar no dia **05 de abril de 2025**, no Estádio Municipal de Elvas no sábado pelas **14:00 horas** e domingo dia **06 de abril de 2025** pelas **09:00 horas**, com ajuizamento do Conselho de Arbitragem da AADP.

**Artigo 2º**  
**(Objetivo)**

1. Visa proporcionar aos atletas um momento de competição apurando o melhor atleta no conjunto das provas do **Atleta Completo Regional 2025** por escalão e sexo, bem como apurar o melhor Clube no conjunto de todas as classificações obtidas, nos escalões de **infantis (Sub-14)**, **iniciados (Sub-16)**.
2. Esta prova serve para observar os melhores atletas classificados, que sejam filiados, apurando-os para o **Atleta Completo Nacional 2025** (Infantis e Iniciados), no dia **26 e 27 de abril de 2025** em **(a designar)**.

**Artigo 3º**  
**(Inscrições)**

1. As inscrições dos Atletas devem ser feitas pelos Clubes ou Atletas Individuais através da página [fpacompeticoes.pt](http://fpacompeticoes.pt) ou [www.aadp.pt](http://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 época, sendo aos restantes, atribuído um número de dorsal
3. Os atletas filiados para a época 2024/2025 devem fazer a inscrição até ao dia **02 de abril** (quarta-feira), até às 23:59 horas.
4. Pressuposta a aceitação do regulamento, toda e qualquer pessoa elegível filiado em outra Associação, (à exceção das Associações do Centro de Formação) poderá inscrever-se até ao dia **02 de abril** mediante o pagamento de 3,00€ (euros)
5. Não serão aceites inscrições feitas após o dia **02 de abril**.

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

1. Para **Atleta Completo Regional** estarão abertos aos seguintes escalões:

- **Infantis Masc. e Fem. (2013 e 2012)**
- **Iniciados Masc. e Fem. (2011 e 2010)**

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

Infantis Masculinos Sub-14 Pentatlo	Infantis Femininos Sub-14 Pentatlo	Iniciados Masculinos Sub-16 Heptatlo	Iniciados Femininos Sub-16 Heptatlo
60m Comprimento + 60m Bar. (0.76cm) Peso (3kg) 1.000m	60m Peso (2Kg) + 60m Barr. (0.76cm) Comprimento 1.000m	80m Comprimento Dardo (600g) + 100m Barr. (0.84cm) Peso (4 Kg) Altura 1.000m.	80m Barr. (0.76cm) Dardo (500g) Altura + 80m Comprimento Peso (3 Kg) 800m

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

1. Poderão participar atletas masculinos e femininos dos escalões e categorias de Infantis e Iniciados, 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. Para o **Círculo de Pista** pontuam os atletas, que concluam as provas combinadas (Atleta Completo) de acordo com o sistema de pontuação constante no **Regulamento do Círculo de Pista**.

**Artigo 7º**  
**(Secretariado)**

1. O **secretariado** terá como horário de abertura no sábado entre as **13:30** e fecho às **14:00** e domingo entre as **08:30** e fecho às **09:30**.

**Artigo 8º.  
(Horários)**

**Sábado - 05 de abril de 2025**

<b>13:30</b>	<b>Abertura Secretariado</b>			<b>Obsv.</b>
<b>14:00</b>	<b>Encerramento Secretariado</b>		<b>C. Chamada/Pista</b>	
<b>14:00</b>	80 m bar	SUB-16- F	13:40/13:45	HEP (8 bar.) 0.76m (altura) 12m – 8m -12m (últ. bar. à meta)
<b>14:15</b>	80 m	SUB-16 - M	13:55/14:00	Séries - PEN
<b>14:30</b>	60 m	SUB-14 - F	14:10/14:15	Séries - PEN
<b>14:30</b>	Dardo	SUB-16 - F	---	(500g) - HEP
<b>14:45</b>	60 m	SUB-14 - M	---	Séries - PENT
<b>14:45</b>	Comprimento	SUB-16 - M	---	Tábua a 3 metros - HEP
<b>15:00</b>	Peso	SUB-14 - F	---	(2 Kg) - PEN
<b>15:15</b>	Comprimento	SUB-14- M	---	Tábua a 2 metros - PEN
<b>15:30</b>	Altura	SUB-16 - F	---	F: Fasquia a combinar no local (sobe de 4 em 4)
<b>15:45</b>	Dardo (600g)	SUB-16 - M	---	HEP

\*O programa horário pode sofrer alterações no decorrer da competição

**Domingo - 06 de abril de 2025**

08:30	Abertura Secretariado			Obsv.
09:30	Encerramento Secretariado		C. Chamada/Pista	
09:30	100 m bar	SUB-16- M	09:10/09:15	HEP (10bar.) 0.84m (altura) 13m – 8.50m – 10.50m (últ. bar. à meta)
09:45	60 m bar	SUB-14- F	09:25/09:30	PEN (6bar.) 0.76m (altura) 12m – 7m – 13m (últ. bar. à meta)
10:00	60 m bar	SUB-14- M	09:40/09:45	M: (6 bar.) 0.76m (altura) 12m – 7.5m -10.50m (últ. bar. à meta)
10:00	Peso	SUB-16- M	---	(4 Kg) - HEP
10:15	80 m	SUB-16- F	---	Séries - HEP
10:15	Comprimento	SUB-14- F	---	Tábua a 2 metros - PEN
10:45	Peso	SUB-14- M	---	(3 Kg) - PEN
10:45	Comprimento	SUB-16- F	---	Tábua a 3 metros - HEP
11:00	Altura	SUB-16- M	---	M: Fasquia a combinar no local (sobe de 4 em 4)
11:30	1 000 m	SUB-14- F	---	PEN
11:45	1 000 m	SUB-14- M	---	PEN
11:45	Peso	SUB-16- F	---	(3 Kg) - HEP
12:30	800 m	SUB-16- F	--	HEP
12:40	1 000m	SUB-16- M	--	HEP

\*O programa horário pode sofrer alterações no decorrer da competição

**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, atribuindo-se a pontuação da plataforma fpacompeticoes.pt.

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

1. A cerimónia de entrega de prémios será realizada após o término da jornada ou na possibilidade, assim que terminarem as provas respetivas.
2. Haverá prémios aos 3 primeiros de cada prova e às 3 primeiras equipas.

**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 publicitária 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, 20 de fevereiro de 2025

O Presidente da Direção

**Daniel Madeira**

O Diretor Técnico Regional

**Nuno Preciado**