



REGULAMENTO
Torneio de Encerramento / Campeonato Distrital de
Absolutos

Estádio Eduardo Sousa Lima - Portalegre
26 de Julho de 2026

Artigo 1º.

Organização

1. A organização do **Torneio de Encerramento** é uma iniciativa da **Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre (AADP)** com o apoio da **Câmara Municipal de Portalegre**.
2. Realiza-se no dia **26 de Julho de 2026 (domingo)**, a partir das **09H00** no Estádio Municipal de Portalegre, 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 por escalão e sexo, bem como apurar o melhor Clube no conjunto de todas as classificações obtidas, nos escalões de **Benjamins B até Veteranos** e pontuando para o **Circuito de Pista AADP**.

Artigo 3º

Inscrições

1. As inscrições dos Atletas devem ser feitas pelos Clubes ou Atletas Individuais através da página fpacompeticoes.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 2025/2026 devem fazer a inscrição até ao dia **22 de Julho (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 **22 de Julho de 2026** mediante o pagamento de 3,00€ (euros)
5. Não serão aceites inscrições feitas após o dia **22 de Julho de 2026**.



PORTALEGRE

Associação de Atletismo

Artigo 4º.

Escalões participantes

1. Para o **Torneio de Encerramento / Campeonato Distrital de Absolutos** estarão abertos aos seguintes escalões:

- Traquinas (2020 e antes)
- Benjamins A Masc. E Fem (2017, 20218, 2019)
- Benjamins B Masc. e Fem. (2015 e 2016)
- Infantis Masc. e Fem. (2013 e 2014)
- Iniciados Masc. e Fem. (2011 e 2012)
- Juvenis Masc. e Fem. (2009 e 2010)
- Juniores Masc. e Fem. (2007 e 2008)
- Seniores Masc. e Fem. (2006 e antes)
- Veteranos Masc. e Fem. (com 35 ou mais no dia da prova)

Artigo 5º.

Disciplinas em Competição

Escalões	Kids Athletics	60 metros	80 metros	100 metros	200 metros	600 metros	1500 metros	Peso	Salto c/ vara em distância	Triplo	Estafeta
*Traquinas	X										
*Benjamins A	X										
Benjamins B		X				X			X		
Desporto Adaptado						X					
Infantis		X				X			X		X
Iniciados			X				X			X	X
Juvenis					X		X			X	X
Juniores				X			X	X		X	X
Seniores				X			X	X		X	X
Veteranos				X			X	X		X	X



Artigo 6º.

Normas Regulamentares da prova

1. Poderão participar atletas masculinos e femininos dos escalões e categorias de Traquinas, Benjamins A (prova não competitiva), Benjamins B, Infantil, Iniciado, Juvenil, Júnior, Sénior e Veteranos 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;
2. Cada atleta pode participar em **2 (duas) provas** mais a **Estafeta**.
3. Nos concursos de lançamentos e saltos, cada atleta tem direito a **4 ensaios**.
4. **Provas de Estafetas:**
 - Infantis - 4x60 metros
 - Iniciados - 4x80 metros misto (masculino / feminino / masculino/ feminino)
 - Absolutos – estafeta medley (100 metros F - 200 metros M - 300 metros F - 400 metros M)

As equipas de estafeta medley permite a participação de atletas de vários clubes, não pontuando para a coletiva.

A constituição das estafetas **deve ser entregue até ao dia 23 de Julho até às 14 horas para o email da Associação, não será permitida a participação das equipas se o mesmo não for cumprido.**

Artigo 7º

Secretariado

1. O **secretariado** terá como horário de abertura entre as **09h00** e as **09h30** e funcionará junto ao local de prova.



PORTALEGRE

Associação de Atletismo

Artigo 8º. Horários

09:00	Abertura Secretariado		Obsv.
09:30	Encerramento Secretariado		
09:30	Estafeta Medley	Absolutos	
09:40	4 x 80 metros misto	Iniciados	
09:50	4x 60 metros	Infantis F	
09:55	4x 60 metros	Infantis M	
10:00	Peso	Juniores / Seniores / Veteranos F	4kg
10:00	Peso	Seniores / Veteranos M	7.260kg
10:00	Peso	Juniores M	6kg
10:00	Kids Athletics Pais e Filhos*	Traquinas / Benjamins A	
10:05	200 metros	Juvenis F	
10:15	200 metros	Juvenis M	
10:25	100 metros	Juniores / Seniores / Veteranos F	
10:35	100 metros	Juniores / Seniores / Veteranos M	
10:40	Salto com vara em distância	Benjamins B F/M - Infantis F / M	Sem tábua
10:45	80 metros	Iniciados F	
10:55	80 metros	Iniciados M	
11:05	60 metros	Infantis F	
11:15	Triplo	Femininos	Tábua 7 metros
11:15	60 metros	Infantis M	
11:25	60 metros	Benjamins B F	Sem blocos
11:35	60 metros	Benjamins B M	Sem blocos
11:45	1500 metros	Juvenis / Juniores / Seniores / Veteranos F	
11:55	1500 metros	Juvenis / Juniores / Seniores / Veteranos M	
11:50	Triplo	Masculinos	Tábua 9 metros
12:05	800 metros	Iniciados F	
12:10	800 metros	Iniciados M	
12:15	600 metros	Benjamins B / Infantis Fem	
12:20	600 metros	Benjamins B / Infantis Mas + Desporto Adaptado	

O programa-horário poderá sofrer alterações no decorrer da competição.

*A prova Kids' Athletics – Pais e Filhos destina-se à participação conjunta de uma criança e de um adulto (pai, mãe ou outro familiar responsável), formando uma equipa.

O principal objetivo desta atividade é promover a prática da atividade física em família, incentivando a cooperação, o espírito de equipa, a entreatajuda e a diversão através de desafios inspirados no programa Kids' Athletics.

A prova será composta por um conjunto de estações, que poderão incluir exercícios de corrida,



PORTALEGRE

Associação de Atletismo

saltos, lançamentos e destreza motora. Os participantes deverão realizar cada desafio em conjunto, cumprindo as regras específicas de cada estação.

Artigo 9º **Entrega de Prémios**

Haverá prémios para os 3 primeiros classificados por escalão e sexo e para as 3 primeiras equipas.

Artigo 10º **Direitos de Imagem**

A participação no evento implica a autorização para captação de imagem e som, bem como a sua utilização pela organização em materiais de comunicação (rádio, imprensa, vídeo, fotografia, internet, redes sociais, cartazes e outros meios).

O participante cede todos os direitos de utilização dessas imagens, sem que daí lhe advenha qualquer compensação financeira.

Artigo 11º **Alterações**

A AADP reserva-se o direito de proceder às alterações que considere convenientes na organização do evento, comprometendo-se a comunicá-las pelos seus canais oficiais.

Artigo 12º **Comunicação**

Consideram-se como canais oficiais de comunicação e informação sobre o AADP a página Web da AADP, bem como as suas páginas oficiais de Facebook e Instagram.

Artigo 13º **Casos Omissos**

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, 22 de Junho de 2026

A Diretora Técnica Regional

(Original assinado em arquivo)

Sara Costa Madeira