



ASSOCIAÇÃO DE DESPORTOS DA ILHA DO FAIAL

FUNDADA EM 14 DE AGOSTO DE 1962

Aprovado Oficialmente por Despacho Publicado no Diário de Governo nº 266 III Série, de 13 De Novembro de 1962

HORTA – FAIAL – AÇORES

COMUNICADO N.º32 18/19

26.06.19

Para conhecimento dos Clubes Filiados, Organismos Desportivos, Órgãos de Comunicação Social e demais interessados informamos:

1º ATLETISMO

1.1 - CAMPEONATO REGIONAL JUVENIS/JUNIORES/SENIORES

Nos dias 29 e 30 de Junho na ilha Terceira decorrerá o Campeonato Regional Juvenis/Juniores/Seniores, participando o CIAIA – Clube Independente Atletismo Ilha Azul com os seguintes atletas:

- Letícia Melo – Sénior
- Marcelo Salgueiro – Sénior
- Fábio Pires – Sénior
- João Avila – Júnior
- Tatiana Melo – Júnior
- Bruno Avila – Juvenil
- Sérgio Peixoto – Juvenil
- Diogo Avila – Iniciado
- Manuel Martins – Juvenil
- Maria Gonçalves – Juvenil
- Telmo Moreno – Juvenil
- Rodrigo Martins – Iniciado
- Fabíola Silva – Iniciado
- Leonor Porteiro – Juvenil
- Nara Vargas – Juvenil
- Rodrigo Silva – Juvenil

A DIREÇÃO

ATLETISMO

época 2019



CAMPEONATO REGIONAL DE JUVENIS, JUNIORES E ABSOLUTOS

29 & 30 de junho de 2019

Estádio João Paulo II



REUNIÃO TÉCNICA

DATA	HORAS	LOCAL	ORDEM DE TRABALHOS
29.06.2019	14:00	Sala de Secretariado do Estádio João Paulo II	1. Distribuição de documentos de apoio e dos dorsais; 2. Confirmação das provas dos atletas inscritos pelas várias disciplinas; 3. Diversos

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



CAMPEONATO REGIONAL DE JUVENIS, JUNIORES & ABSOLUTOS

29 & 30 JUNHO 2019

ILHA TERCEIRA

1. INTRODUÇÃO

O Campeonato Regional de Juvenis, Juniores e Absolutos é uma iniciativa das Associações de Atletismo da Região Autónoma dos Açores com o apoio da Direção Regional do Desporto.

2. OBJETIVOS GERAIS

- Potenciar a prestação desportiva e aumentar o número de atletas a participar em competições nacionais.
- Potenciar a obtenção de mínimos às competições nacionais no escalão de Juvenis, Juniores e Absolutos.
- Aproximar o quadro competitivo regional ao nacional.
- Fomentar e alargar o período de treino dos escalões de Juniores e Seniores.

3. ESCALÕES

- Fase Local: A definir pela Associação.
- Fase Regional: Iniciados / Juvenis / Juniores / Seniores.

4. COMITIVA

A comitiva de cada Associação Regional depende do número de atletas que obtenham um mínimo de qualificação regional. Para além dos atletas inclui um Técnico.

5. CALENDARIZAÇÃO

- Fase Local: A definir por cada Associação.

Organização compete a cada uma das Associações, podendo participar todos os atletas do escalão de Iniciados, Juvenis Juniores e Seniores de ambos os sexos, apurando-se os atletas que obtenham um mínimo de qualificação regional, em cada um dos escalões e sexo, devendo o escalão de iniciados obter mínimo de qualificação de juvenil.

Limite de Apuramento para a competição regional: 23 de junho de 2019.

- Fase Regional: 29 e 30 junho de 2019 – Terceira.

Participam todos os atletas que tenham obtido um mínimo de qualificação regional.

Limite de Inscrição na competição regional: 25 junho de 2019 (Remeter à Associação organizadora).

- Fase Nacional:

O apuramento à fase nacional será realizado a partir obtenção de mínimos de participação, em conformidade com a tabela de mínimos nacionais.

6. PROGRAMA DE PROVAS

ABSOLUTOS			
MAS.		FEM.	
1ª Jornada	2ª Jornada	1ª Jornada	2ª Jornada
100M	110BAR (1,06)	100M	100BAR (0,84)
400M	200M	400M	200M
1.500M	400BAR (0,91)	1.500M	400BAR (0,76)
3.000 OBS	800M	3.000 OBS	800M
10.000MMX	5.000M	10.000MMX	5.000M
4X100M	4X400M	4X100M	4X400M
TRIPLO VARA	ALTURA COMPR	ALTURA COMPR	TRIPLO VARA
DARDO 800GR	DISCO 2KG	DISCO 1KG	PESO 4KG
PESO 7KG	MARTELO 7KG	MARTELO 4KG	DARDO 600GR

JUVENIS			
MAS.		FEM.	
1ª Jornada	2ª Jornada	1ª Jornada	2ª Jornada
100M	110BAR (0,91)	100M	200M
300M	200M	100BAR (0,76)	300BAR (0,76)
1.500M	300BAR (0,84)	300M	800M
2.000 OBS	800M	1.500M	3.000M
5.000MMX	3.000M	2.000 OBS	Estafeta Medley (100x200x300x400)
4X100M	Estafeta Medley (100x200x300x400)	5.000MMX	
		4X100M	
TRIPLO VARA	ALTURA COMPR	ALTURA COMPR	TRIPLO VARA
MARTELO 5KG	DISCO 1,5KG	DISCO 1KG	PESO 3KG
PESO 5KG	DARDO 700GR	DARDO 500GR	MARTELO 3KG

JUNIORES MASC. (extras)

110BAR (1,01) / PESO 6KG / DISCO 1,75KG / MARTELO 6KG

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



Jardim dos Corte Reais 30-F | Estrada Gaspar Corte Real | 9700- 030 - Angra do Heroísmo
terceira@fpatletismo.org | tlf. 295 217 523 | NIPC 512 056 412

Fundada em 14 de maio de 1990 | Filiada na Federação Portuguesa de Atletismo

7. CLASSIFICAÇÃO

- Haverá classificação individual e coletiva.
- Serão pontuados até ao máximo de 8 atletas por prova, atribuindo-se ao 1º classificado 8 pontos, ao 2º classificado 7 pontos, e assim sucessivamente, até 1 ponto ao eventual 8º classificado.
- A classificação coletiva é obtida pelo somatório das pontuações dos atletas.
- Será considerado vencedor o clube que obtiver a pontuação mais elevada, sendo os lugares seguintes atribuídos por ordem decrescente. Em caso de empate, o desempate far-se-á a favor do clube com maior número de 1ºs lugares. Se o empate subsistir, verificar-se-á entre estes, qual tem o maior número de 2ºs lugares, e assim sucessivamente.

8. NORMAS REGULAMENTARES

- Só poderão participar nesta competição os atletas que estejam devidamente filiados na respetiva Associação.
- Só serão consideradas as inscrições remetidas através de formulário formatado, através de correio eletrónico, até à data final de inscrição.
- Cada atleta tem que participar obrigatoriamente em todas as provas em que se inscreveu.
- A competição realizar-se-á de acordo com o Regulamento Geral de Competições e Regulamento Geral de Competições para os Escalões Jovens.
- Cada Associação poderá inscrever um número ilimitado de atletas em cada uma das provas, desde que preencham os requisitos regulamentares.
- São normas regulamentares para esta competição todas as que constam no regulamento geral de competições para cada escalão:
- Os atletas juvenis, juniores e seniores poderão participar em três provas por dia, sendo uma delas a estafeta, num máximo de 4 provas no conjunto dos dois dias, considerando-se as eliminatórias e a final como uma só prova.
- Os atletas juvenis, além do estabelecido na alínea anterior, poderão participar em duas provas dos juniores e/ou absolutos.
- Os atletas juniores, além do estabelecido na alínea g), poderão participar em mais duas provas extra.

9. PRÉMIOS

- Medalhas para os três primeiros classificados individuais no escalão e sexo de absolutos nas várias provas.
- Medalha ao primeiro classificado de cada disciplina (constante do programa de provas dos absolutos) no escalão de Juniores.
- Entregues troféus aos três primeiros clubes classificados coletivamente em masculinos e femininos.

10. EQUIPAMENTO DESPORTIVO

Os atletas deverão obrigatoriamente competir com o equipamento desportivo correspondente ao seu clube.

11. AJUIZAMENTO

- Só poderão participar juizes devidamente filiados na Federação Portuguesa de Atletismo.
- O Júri de Apelo será composto pelo Presidente do Conselho de Arbitragem da entidade organizadora e os quatro técnicos representantes de cada Associação no regional.

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



Jardim dos Corte Reais 30-F | Estrada Gaspar Corte Real | 9700- 030 - Angra do Heroísmo
terceira@fpatletismo.org | tlf. 295 217 523 | NIPC 512 056 412

Fundada em 14 de maio de 1990 | Filiada na Federação Portuguesa de Atletismo

1ª JORNADA – 29 de junho de 2019

ENTRADA NA PISTA	HORAS	PROVAS	SEXO	ESCALÃO	OBSERVAÇÕES
14:30	14:40	110BAR (1,01)	M	JUV a JUN	PROVAS EXTRA
14:40	14:50	100BAR (0,76)	F	INIC a JUV	CAMP. JUVENIS
14:50	15:00	100M (meias finais)	M	INIC a SEN	CAMP. JUVENIS + CAMP. ABSOLUTOS
14:40	15:00	PESO 7KG	M	JUN a SEN	CAMP. ABSOLUTOS
14:30	15:00	VARA	M	INIC a SEN	CAMP. JUVENIS + CAMP. ABSOLUTOS
15:00	15:10	100M (meias finais)	F	INIC a SEN	CAMP. JUVENIS + CAMP. ABSOLUTOS
15:15	15:25	400M	M	JUV a SEN	CAMP. ABSOLUTOS
15:10	15:30	DISCO 1KG	F	INIC a SEN	CAMP. JUVENIS + CAMP. ABSOLUTOS
15:25	15:35	400M	F	JUV a SEN	CAMP. ABSOLUTOS
15:45	15:55	1.500M	M	INIC a SEN	CAMP. JUVENIS + CAMP. ABSOLUTOS
15:40	16:00	DARDO 500GR	F	INIC a JUV	CAMP. JUVENIS
15:40	16:00	COMPRIMENTO	F	INIC a SEN	CAMP. JUVENIS + CAMP. ABSOLUTOS
15:55	16:05	1.500M	F	INIC a SEN	CAMP. JUVENIS + CAMP. ABSOLUTOS
16:10	16:20	2.000 OBST	M	INIC a JUV	CAMP. JUVENIS
16:10	16:30	MARTELO 4KG	F	INIC a SEN	CAMP. ABSOLUTOS
16:25	16:35	2.000 OBST	F	JUV	CAMP. JUVENIS
16:40	16:50	3.000 OBST	M	JUN a SEN	CAMP. ABSOLUTOS
16:40	17:00	DARDO 800GR	M	JUV a SEN	CAMP. ABSOLUTOS
16:40	17:00	ALTURA	F	INIC a SEN	CAMP. JUVENIS + CAMP. ABSOLUTOS
16:55	17:05	3.000 OBST	F	JUN a SEN	CAMP. ABSOLUTOS
17:10	17:20	100M (finais)	F	INIC a SEN	CAMP. JUVENIS + CAMP. ABSOLUTOS
17:20	17:30	100M (final)	M	INIC a SEN	CAMP. JUVENIS + CAMP. ABSOLUTOS
17:10	17:30	MARTELO 5KG	M	INIC a JUV	CAMP. JUVENIS
17:35	17:45	300M	M	INIC a JUV	CAMP. JUVENIS
17:45	17:55	300M	F	INIC a JUV	CAMP. JUVENIS
17:40	18:00	PESO 5KG	M	INIC a JUV	CAMP. JUVENIS
17:40	18:00	TRIPLO	M	INIC a SEN	CAMP. JUVENIS + CAMP. ABSOLUTOS
17:55	18:05	4X100M	M	INIC a SEN	CAMP. JUVENIS + CAMP. ABSOLUTOS
18:05	18:15	4X100M	F	INIC a SEN	CAMP. JUVENIS + CAMP. ABSOLUTOS
18:15	18:25	10.000MMX	M	JUV a SEN	CAMP. ABSOLUTOS
18:15	18:25	10.000MMX	F	JUN a SEN	CAMP. ABSOLUTOS
18:15	18:25	5.000MMX	M	INIC a JUV	CAMP. JUVENIS
18:15	18:25	5.000MMX	F	INIC a JUV	CAMP. JUVENIS

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



Jardim dos Corte Reais 30-F | Estrada Gaspar Corte Real | 9700- 030 - Angra do Heroísmo
terceira@fpatletismo.org | tlf. 295 217 523 | NIPC 512 056 412

Fundada em 14 de maio de 1990 | Filiada na Federação Portuguesa de Atletismo

2ª JORNADA – 30 de junho de 2019

ENTRADA NA PISTA	HORAS	PROVAS	SEXO	ESCALÃO	OBSERVAÇÕES
09:20	09:30	110BAR (1,06)	M	JUN a SEN	CAMP. ABSOLUTOS
09:10	09:30	DARDO 600GR	F	JUV a SEN	CAMP. ABSOLUTOS
09:10	09:30	TRIPLO	F	INIC a SEN	CAMP. JUVENIS + CAMP. ABSOLUTOS
09:10	09:30	DISCO 2KG	M	JUN A SEN	CAMP. ABSOLUTOS
09:30	09:40	110BAR (0,91)	M	INIC a JUV	CAMP. JUVENIS
09:40	09:50	100BAR (0,84)	F	JUV a SEN	CAMP. ABSOLUTOS
09:50	10:00	200M	M	INIC a SEN	CAMP. JUVENIS + CAMP. ABSOLUTOS
10:00	10:10	200M	F	INIC a SEN	CAMP. JUVENIS + CAMP. ABSOLUTOS
09:55	10:15	PESO 4KG	F	INIC a SEN	CAMP. ABSOLUTOS
09:55	10:15	ALTURA	M	INIC a SEN	CAMP. JUVENIS + CAMP. ABSOLUTOS
09:55	10:15	DISCO 1,5KG	M	INIC a JUV	CAMP. JUVENIS
10:10	10:20	3.000M	M	JUV	CAMP. JUVENIS
10:10	10:20	3.000M	F	JUV	CAMP. JUVENIS
10:10	10:20	5.000M	M	JUN A SEN	CAMP. ABSOLUTOS
10:10	10:20	5.000M	F	JUN A SEN	CAMP. ABSOLUTOS
10:40	10:50	400BAR (0,91)	M	JUV A SEN	CAMP. ABSOLUTOS
10:50	11:00	400BAR (0,76)	F	JUV a SEN	CAMP. ABSOLUTOS
10:40	11:00	DARDO 700GR	M	INIC a JUV	CAMP. JUVENIS
10:40	11:00	COMRIMENTO	M	INIC a SEN	CAMP. JUVENIS + CAMP. ABSOLUTOS
10:40	11:00	MARTELO 3KG	F	INIC a JUV	CAMP. JUVENIS
11:00	11:10	300BAR (0,76)	F	INIC a JUV	CAMP. JUVENIS
11:10	11:20	300BAR (0,84)	M	INIC a JUV	CAMP. JUVENIS
11:35	11:45	800M	M	INIC a SEN	CAMP. JUVENIS + CAMP. ABSOLUTOS
11:25	11:45	PESO 3KG	F	INIC a JUV	CAMP. JUVENIS
11:15	11:45	VARA	F	INIC a SEN	CAMP. JUVENIS + CAMP. ABSOLUTOS
11:25	11:45	MARTELO 7KG	M	JUN A SEN	CAMP. ABSOLUTOS
11:45	11:55	800M	F	INIC a SEN	CAMP. JUVENIS + CAMP. ABSOLUTOS
11:55	12:05	Estafeta Medley (100x200x300x400)	M	INIC a JUV	CAMP. JUVENIS
12:05	12:15	Estafeta Medley (100x200x300x400)	F	INIC a JUV	CAMP. JUVENIS
12:15	12:25	4X400M	M	JUV a SEN	CAMP. ABSOLUTOS
12:25	12:35	4X400M	F	JUV a SEN	CAMP. ABSOLUTOS

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



Jardim dos Corte Reais 30-F | Estrada Gaspar Corte Real | 9700- 030 - Angra do Heroísmo
terceira@fpatletismo.org | tlf. 295 217 523 | NIPC 512 056 412

Fundada em 14 de maio de 1990 | Filiada na Federação Portuguesa de Atletismo

CARACTERÍSTICAS DAS DISCIPLINAS

LANÇAMENTOS » Características dos engenhos										
DISCIPLINAS	MASCULINOS					FEMININOS				
	INF	INIC	JUV	JUN	SEN/VET	INF	INIC	JUV	JUN	SEN/VET
Peso			5kg	6kg	7,260kg			3kg	4kg	4kg
Martelo			5kg	6kg	7,260kg			3kg	4kg	4kg
Disco			1,5kg	1,75kg	2kg			1kg	1kg	1kg
Dardo			700g	800g	800g			500g	600g	600g

SALTOS HORIZONTAIS » Tábua de chamada										
DISCIPLINAS	MASCULINOS					FEMININOS				
	INF	INIC	JUV	JUN	SEN/VET	INF	INIC	JUV	JUN	SEN/VET
Comprimento	1m	1m	3m	3m	3m	1m	1m	3m	3m	3m
Tripla	---	---	9m	9m	9m	---	---	8m	8m	8m

NOTA: Possibilidade de ajuste da distância da tábua se resultar do acordo geral dos atletas em prova.

SALTOS VERTICAIS » Modo de progressão da fasquia	
Altura (todos os escalões)	1,00 → 1,05 → 1,10 → 1,15 → 1,20 → 1,25 → 1,30 → 1,35 → 1,40 → (+5) (...)
Vara (todos os escalões)	1,80 → 1,90 → 2,00 → 2,10 → 2,20 → 2,30 → 2,40 → 2,50 → 2,60 → 2,70 → 2,80 → (+10) (...)

CORRIDAS COM BARREIRAS » Características							
ESCALÃO	GÉNERO	DISCIPLINA	1.ª BARREIRA	ENTRE BARREIRAS	ÚLTIMA BARREIRA	ALTURA	N.º BARREIRAS
JUV	FEM	100m	13,00	8,50	10,50	0,76m	10
JUV	FEM	300m	50,00	35,00	40,00	0,76m	7
JUV	MAS	110m	13,72	9,14	14,02	0,914m	10
JUV	MAS	300m	50,00	35,00	40,00	0,84m	7
JUN	FEM	100m	13,00	8,50	10,50	0,84m	10
JUN	FEM	400m	45,00	35,00	40,00	0,76m	10
JUN	MAS	110m	13,72	9,14	14,02	1,01m	10
JUN	MAS	400m	45,00	35,00	40,00	0,914m	10
SEN/VET	FEM	100m	13,00	8,50	10,50	0,84m	10
SEN/VET	FEM	400m	45,00	35,00	40,00	0,76m	10
SEN/VET	MAS	110m	13,72	9,14	14,02	1,067m	10
SEN/VET	MAS	400m	45,00	35,00	40,00	0,914m	10

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



Jardim dos Corte Reais 30-F | Estrada Gaspar Corte Real | 9700-030 - Angra do Heroísmo
terceira@fpatletismo.org | tlf. 295 217 523 | NIPC 512 056 412

Fundada em 14 de maio de 1990 | Filiada na Federação Portuguesa de Atletismo

INFORMAÇÕES GERAIS

Associação de Atletismo da Ilha Terceira

295 217 523

Paula Silva (*Presidente da Direção*)

915 681 727

Gabinete Técnico

Ricardo Matias (*Diretor Técnico*)

914 789 644 / 961 945 284

Hugo Bernardo (*Colaborador Técnico*)

966 586 961

Conselho de Arbitragem

Lénio Rocha (*Presidente*)

914 242 103

Complexo Desportivo João Paulo II

295 401 320

Hospital

295 403 200

Táxis

295 217 148

962 416 724

SATA Aeroporto

295 540 030/1

PARCEIROS INSTITUCIONAIS

