



COMUNICADO COMP - 2025/2026 - **REVISTO**

Meeting Prof. Mário Moniz Pereira

CAR JAMOR - Pista nº 2 - 10 de janeiro de 2026

CONFIRMAÇÃO	HORA	PROVA	GÉNERO	ESCALÃO	OBS.
12:30	13:30	Altura	F	Sen	
12:00	13:30	Vara	F	Sen	
13:30	14:30	400m	F	Sen	
13:30	14:30	Peso (7,260Kg)	M	Sen	
13:40	14:40	400m	M	Sen	
13:50	14:50	100m Cadeira Rodas	M	Adaptado	
14:00	15:00	Altura	M	Sen	
14:00	15:00	800m	F	Sen	
14:10	15:10	800m	M	Sen	
14:35	15:35	3000m	F	Sen	
14:45	15:45	Comprimento	M	Sen	Tábua (3m)
14:45	15:45	Triplo	F	Sen	Tábua (9/11m)
14:50	15:50	3000m	M	Sen	
15:00	16:00	Peso	F/M	Adaptado	
14:45	16:15	Vara	M	Sen	
15:30	16:30	60m B (0,84m)	F	Sen	Eliminatórias
15:50	16:50	60m B (1,07m)	M	Sen	Eliminatórias
16:00	17:00	60m	F	Sen	Eliminatórias
16:40	17:40	60m	M	Sen	Eliminatórias
16:45	17:45	Triplo	M	Sen	Tábua (11/13m)
16:45	17:45	Peso (4Kg)	F	Sen	
16:45	17:45	Comprimento	F	Sen	Tábua (3m)
17:10	18:10	60m B (1,07m)	M	Sen	Final
17:25	18:25	60m B (0,84m)	F	Sen	Final
17:35	18:35	60m	F	Sen	Final B+A
17:45	18:45	60m	M	Sen	Final B+A



REGULAMENTO:

1 – PARTICIPAÇÃO:

Atletas filiados na época desportiva 2025/2026, em representação de clubes ou com filiação individual;

Os atletas aceites na competição será de acordo com o número que o programa horário comporte para que o mesmo seja exequível. Para isso seguiremos os seguintes critérios de seleção:

1 – Melhores marcas

2 – Concursos: serão aceites até 14 atletas.

A Organização reserva-se no direito de excluir atletas da competição que não cumpram o estipulado no regulamento da competição e/ou regulamento geral de competições da FPA.

2 – INSCRIÇÕES:

Devem ser efetuadas na plataforma - competicoes.aalisboa.com.pt, até dia 6 de janeiro de 2026 (terça-feira);

Não serão aceites inscrições via email;

A inscrição na plataforma não garante a aceitação dos atletas no evento.

3 – ALTURA E PROGRESSÃO DAS FASQUIAS:

• Altura (F) 1,50 (+4) --> 1,58 (+3) --> 1,67 (+2)

• Altura (M) 1,82 (+4) --> 1,90 (+3) --> 1,99 (+2)

• Vara (F) 2,60 (+20) --> 3,00 (+15) --> 3,30 (+10)

• Vara (M) 3,60 (+20) --> 4,60 (+15) --> 4,90 (+10)

4 – ENSAIOS:

Nos os concursos, o número de ensaios será no sistema 3+3.

5 – APURAMENTO PARA AS FINAIS:

Serão apurados para a final dos **60m Barreiras**, os 6 melhores tempos das eliminatórias.

Serão apurados para as finais dos **60m** os 12 melhores tempos:

Final B: 7º ao 12º tempo

Final A: 1º ao 6º tempo

6 – PRÉMIOS:

Prémios Individuais: Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados de cada escalão etário e género.

7 – CASOS OMISSOS:

Casos omissos serão resolvidos de acordo com o Manual Técnico da WA, Regulamento Geral de Competições e Regulamento Geral de Competições para Jovens da FPA.

8 – PROVAS com CORRIDAS de BARREIRAS

Femininos

Escalão	Distância	Nº Barr	Altura	Dist 1ª Barr	Entre Barr	Últ à meta
SEN	60 PC	5	0,84	13	8,5	13

Masculinos

Escalão	Distância	Nº Barr	Altura	Dist 1ª Barr	Entre Barr	Últ à meta
SEN	60 PC	5	1,07	13,72	9,14	9,72

9 – PROVAS de LANÇAMENTOS

Femininos

Escalão	Peso
SEN	4 kg

Masculinos

Escalão	Peso
SEN	7,260 kg

10 – PROVAS de SALTOS HORIZONTAIS

Femininos

Escalão	SEN
Comprimento Tábua	3
Tripla Tábua	9m/11m

Masculinos

Escalão	SEN
Comprimento Tábua	3
Tripla Tábua	11m/13m

A Direção
7 de janeiro de 2026