



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

Rua Rodrigo da Fonseca 56, Lisboa | ☎ 21 386 18 11 | @AtletismoLisboa | ✉ lisboa@fpatletismo.pt



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

Campeonatos Regionais de 5000m e 10000m

Estádio Universitário de Lisboa - Pista nº 2 - 1ª Jornada - 13 de junho de 2026

CONFIRMAÇÃO	HORA	PROVA	GÉNERO	ESCALÃO	OBS.
08:00	09:00	10000m	M	S23/Sen/Vet	CR - Série única
09:10	10:10	10000m	F	S23/Sen/Vet	CR - Série única

Estádio Universitário de Lisboa - Pista nº 2 - 2ª Jornada - 14 de junho de 2026

CONFIRMAÇÃO	HORA	PROVA	GÉNERO	ESCALÃO	OBS.
16:00	17:00	5000m	M	V50+	CR - 1ª Série
16:45	17:45	5000m	M	V35/V45	CR - 2ª Série
17:20	18:20	5000m	M	S18/S20/S23/Sen	CR - 3ª Série
17:50	18:50	5000m	F	S18/S20/S23/Sen/Vet	CR - Série Única

Parceiros Institucionais:



Patrocinadores:





ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

Rua Rodrigo da Fonseca 56, Lisboa | ☎ 21 386 18 11 | @AtletismoLisboa | ✉ lisboa@fpattelismo.pt



REGULAMENTO:

1 - PARTICIPAÇÃO:

Atletas filiados na época desportiva 2025/2026, pertencentes à AAL, em representação de clubes ou com filiação individual;
Em cada prova só poderão participar atletas da AAL pertencentes aos escalões indicados no programa-horário.

Relativamente ao escalão de S18, na prova de 5000m, apenas poderão participar os atletas de S18 de 2º ano.

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:

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 9 de junho de 2026 (terça-feira);

Não serão aceites inscrições via email;

3 - PRÉMIOS:

Campeonato Regional de 5000m e 10000m:

Classificações individual:

Veteranos (todos os escalões) - As equipas terão de ter no mínimo 4 atletas para pontuarem.

Absolutos (S20/S23/sen) - As equipas terão de ter no mínimo 3 atletas para pontuarem.

As classificações serão obtidas através do sistema de pontuação, atribuindo-se ao 1º classificado 8 pontos, ao 2º classificado 7 pontos, ao 3º classificado 6 pontos, e assim sucessivamente, até ao último classificado, que receberá 1 ponto.

Classificação Coletiva: Efetuado o somatório dos pontos dos atletas, vencerá o clube que obtiver maior pontuação.

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

4 - 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.

A Direção
12 de junho de 2026

Parceiros Institucionais:



Patrocinadores:

