



COMUNICADO COMP - 2025/2026 - REVISTO

MUNICIPIO TORRES VEDRAS
Torneio de São João
VII Jornada de Pista
Pista Municipal Atletismo Carlos Lopes
Quarta-feira, dia 17 de junho de 2026

HORA CONFIRMAÇÃO	HORA PROVA	PROVA	GÉNERO	ESCALÃO	OBS.
18:00	19:00	200m	F	S16/S18	
18:00	19:00	Bola	F	S10/S12	3 ensaios
18:00	19:00	Peso	M	S18/S20/S23/SEN/Vet	
18:10	19:10	200m	M	S16/S18	
18:20	19:20	150m	F	S10/S12/S14	
18:30	19:30	150m	M	S10/S12/S14	
18:45	19:45	200m	F	S20/S23/SEN/VET	
18:55	19:55	200m	M	S20/S23/SEN/VET	
19:00	20:00	Peso	F/M	Adaptado	
19:00	20:00	Bola	M	S10/S12	3 ensaios
19:10	20:10	500m	F	S10	
19:15	20:15	Peso	F	S18/S20/S23/SEN/Vet	
19:15	20:15	Dardo	F	S14/S16	4 ensaios
19:15	20:15	500m	M	S10	
19:25	20:25	600m	F	S12/S14	
19:30	20:30	600m	M	S12/S14	
19:40	20:40	Triplo	F/M	S18/S20/S23/SEN/VET	
19:40	20:40	1500m	F	S16/S18	
19:50	20:50	1500m	M	S16/S18	
20:00	21:00	800m	F	S16/S18/S20/S23/SEN/VET	
20:10	21:10	Dardo	M	S14/S16	4 ensaios
20:10	21:10	800m	M	S16/S18/S20/S23/SEN/VET	
20:20	21:20	3000m	F	S18/S20/S23/SEN/Vet	
20:30	21:30	3000m	M	S18/S20/S23/SEN/Vet	
20:40	21:40	2000m Ob (0,76m)	F	S18/S20/S23/SEN	

Parceiros Institucionais:



Patrocinadores:





ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

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



REGULAMENTO

1. PARTICIPAÇÃO:

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

Cada atleta só poderá participar nas provas do seu escalão.

2. INSCRIÇÕES:

Devem ser efetuadas na plataforma – competicoes.aalisboa.com.pt, até Sábado, dia 13 de junho de 2026.

Não serão aceites inscrições via email.

3. CONFIRMAÇÕES:

Devem ser efetuadas na plataforma – competicoes.aalisboa.com.pt, até à hora indicada no programa horário.

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.

Femininos

Escalão	Peso	Dardo
S14	2 kg	0,4 kg
S16	3 kg	0,5 kg
S18	3 kg	0,5 kg
S20	4 kg	0,6 kg
S23/Sen	4 kg	0,6 kg
F 35/49	4 kg	0,5 kg
F 50/59	3 kg	0,5 kg
F 60/74	3 kg	0,5 kg
F >75	2 kg	0,4 kg

Masculinos

Escalão	Peso	Dardo
S14	3 kg	0,5 kg
S16	4 kg	0,6 kg
S18	5 kg	0,7 kg
S20	6 kg	0,8 kg
S23/Sen	7,26 kg	0,8 kg
F 35/49	7,26 kg	0,8 kg
F 50/59	6 kg	0,7 kg
F 60/74	5 kg	0,6 kg
F >75	4 kg	0,5 kg
M >80	3 kg	0,4 kg

Escalão	Distância	Nº Obst.	Nº Valas	Altura	Entre Obst.	Últ. À meta
S18/S20/S23/Sen	2000	18	5	0,76	80m	62,2m

Haverá 5 saltos por volta, iniciam a passagem dos obstáculos depois da linha de chegada ter sido passada pela 1ª vez. Na prova de 2000m ob, o 1º salto será realizado no 3º obstáculo de uma volta normal.

A Direção

2 de junho de 2026

Parceiros Institucionais:



Patrocinadores:

