

## TORNEIO DE PREPARAÇÃO MASTER

25 de SETEMBRO de 2021

### NOVO REGULAMENTO

#### 1 NORMAS REGULAMENTARES

1. O TORNEIO DE PREPARAÇÃO MASTER é uma organização do CluVe com apoio da Câmara Municipal de Coimbra, Junta de Freguesia de St<sup>o</sup>. António dos Olivais, e ADAC/CRA, que se realiza no Estádio Cidade de Coimbra.
2. O TORNEIO DE PREPARAÇÃO MASTER terá participação **EXCLUSIVA** de atletas **Masters**, com vista à preparação e participação nos Campeonato Nacional Masters, Pista ao Ar Livre, a realizar em Lisboa, nos dias 2 e 3 de Outubro de 2021.
3. **Poderão inscrever-se, embora sujeitos a confirmação, atletas veteranos de outras Associações, tendo em conta o número máximo de participantes em cada prova. A selecção será por ordem de inscrição.** Será permitido somente a participação extra de atletas do CLUVE de outros escalões.

#### 2. NORMAS GERAIS

2.1 Cada atleta só poderá participar, no máximo, em **duas** provas. **Deverão ser portadores do dorsal da época 2020-21.**

2.2 As séries serão elaboradas tendo em conta o escalão e o ranking dos atletas (melhor marca pessoal do ano ou da época anterior). A última série será composta pelos atletas mais qualificados.

#### 3. INSCRIÇÕES E CONFIRMAÇÕES

##### 3.1 Inscrições

3.1.1 Para se dar cumprimento ao ponto 2.2 do regulamento da prova, as inscrições dos atletas deverão ser feitas pelos clubes ou individualmente na plataforma [fpacompeticoes.pt](http://fpacompeticoes.pt) e os clubes deverão indicar as marcas, data e local de obtenção da mesma, até às 23:59 de 22 de Setembro de 2021.

**Não serão aceites inscrições após esta data.**

##### 3.2 Confirmação das inscrições

3.2.1 As respetivas confirmações deverão ser feitas online na mesma plataforma [fpacompeticoes.pt](http://fpacompeticoes.pt) A partir do dia 23 de Setembro de 2021, até às 13 horas do dia da prova.

#### 4. ESPECIFICAÇÕES DOS CONCURSOS

4.1 A colocação da tábua de chamada, no salto em comprimento, será colocada de acordo com os respetivos escalões.

4.2. A altura mínima inicial do Salto em Altura será de acordo com a altura mínima vertical do colchão.

4.3 Nos concursos todos os atletas terão direito a **4** ensaios.

4.4 Em todos os concursos de lançamentos, os atletas participarão com os engenhos, de acordo com o seu escalão.

## 5. PROGRAMA-HORÁRIO

<b>Apresentação na Câmara de Chamada</b>	<b>Entrada na pista</b>	<b>Horário da prova</b>	<b>Provas</b>
15:00 - 15:10	15:15	15:20	Extra - EAHC Benj A - 50m M/ F
15:10 - 15:20	15:25	15:30	Extra - EAHC Benj B - 50m F
15:20 - 15:30	15:35	15:40	Extra - Benj B e Inf - 50m M
14:45 - 14:55	15:00	15:30	Peso F Juv F Extra
14:55 - 15:05	15:10	15:30	Comp M Juv M Extra
15:35 - 15:45	15:55	16:00	100m F
15:45 - 15:55	16:05	16:10	100m M 60 & +
			100 m M 35-55
15:30 - 15:40	15:45	16:15	Peso M 60 & + Peso M 35-55 Juv e Jun M - Extra
15:45 - 15:55	16:00	16:30	Comp F Juv F - Extra
16:05 - 16:15	16:20	16:25	400m F 400m M 60 & +
16:15 - 16:25	16:30	16:35	400m M 35-55
16:30 - 16:35	16:40	16:45	1500m F 1500 M60&+
16:35 - 16:40	16:45	17:15	Alt M / F Juv F extra
16:40 - 16:50	16:55	17:00	1500 M 35-55 Jun/Sen M
17:00 - 17:10	17:15	17:20	5000m M 60+/F
17:25 - 17:35	17:40	17:45	5000m M 35-55 Sen M Extra
			Encerramento

**Nota: Provas extras - somente para atletas do CluVe.**



## 5. PRÉMIOS

Tendo em conta a especificidade deste torneio de preparação não haverá atribuição de PRÉMIOS.

## 6. Normas de Segurança

1. As normas da Competição respeitam o Programa de Retorno à Competição elaborado pela Federação Portuguesa de Atletismo e as orientações 030/2020 e 036/2020 do Manual de treino e competição de Atletismo, tendo em vista o Plano de Contingência da Câmara Municipal de Coimbra para a Pista de Atletismo do Estádio Cidade de Coimbra.
2. Apenas poderão participar nas competições os atletas que assinem um termo de responsabilidade. No caso dos atletas menores de 18 anos esse termo deverá ser assinado pelo encarregado de educação.
3. O aquecimento para a competição será feito fora do Estádio Cidade de Coimbra, de forma individual e evitando ajuntamentos. Após entrarem na pista, os atletas poderão fazer o aquecimento específico.
4. A entrada na pista será feita Portão da Maratona.
5. No momento da entrada na pista os atletas deverão usar máscara, higienizar as mãos, entregar o termo de responsabilidade devidamente preenchido. **Quem não trouxer máscara, e o termo de responsabilidade não será autorizado a entrar na pista. Em alternativa poderá apresentar o certificado de vacinação.**
6. Será medida a temperatura a todas as pessoas que entrem na pista e serão impedidas de entrar aquelas que tenham uma temperatura superior a 38º ou qualquer outra sintomatologia associada ao COVID19. Não será feito qualquer registo da temperatura tirada às pessoas.
7. Os horários das provas serão desfasados para evitar que os atletas entrem todos ao mesmo tempo na pista.
8. Será permitida a entrada de público no Estádio Cidade de Coimbra, de acordo com as normas de segurança mencionadas no ponto 1 das normas de segurança.
9. No interior das Instalações todos os elementos afetos à organização, atletas, treinadores e Dirigentes deverão usar máscara.
10. Assim que entrarem na pista, os atletas deverão dirigir-se imediatamente para o local da pista onde decorrerá a sua prova. Ao longo desse trajeto deverão usar máscara. Junto ao local de partida poderão deixar os seus pertences.

Coimbra, 01/09/2021

A Direcção do CluVe