



# CAMPEONATO DA AASM DE TRIATLO TÉCNICO

+

## PROVAS DE PREPARAÇÃO

Benjamins / Infantis		Iniciados		Juvénis	
Mas	Fem	Mas	Fem	Mas	Fem
60m barr. Peso (3kg) Comprimento	Peso (2kg) 60m barr. Comprimento	60m barr. Comprimento Peso (4kg)	Comprimento 60m barr. Peso (3kg)	60m barr. Peso (5kg) Altura	Altura 60m barr. Peso (3kg)

**LOCAL: PISTA DE ATLETISMO DAS LARANJEIRAS – DATA: 09/JANEIRO/2021**

(por motivos imprevistos poderá haver alterações no horário de provas)

Horas	Prova	Sexo	Escalão	
15:00	Comp.	Fem	Infantis + Benj + Inic	3
15:00	Peso	Mas	Infantis + Benj.	3
15:00	Peso	Fem	Juv.	3
15:00	60 m Barr	Mas	Juv.	Séries
15:10	60 m Barr	Mas	Inic.	Séries
15:20	60 m Barr	Fem	Juv	Séries
15:30	60 m Barr	Fem	Inic.	Séries
15:40	60 m Barr	Mas	Inf	Séries
15:45	Comp.	Mas	Inic.	3
15:45	Peso	Mas	Juv.	3
15:50	60 m Barr	Fem	Inf	Séries
16:00	60 m	Mas/Fem	Benj.	Séries
16:10	60 m	Fem/Mas	Prova Extra	Séries
16:20	800 m	Fem/Mas	Prova Extra	Séries
16:25	200 m	Fem/Mas	Prova Extra	Séries
16:30	Altura	Fem/Mas	Juv.	
16:30	Comp.	Mas	Infantis + Benj + Inic	3
16:30	Peso	Fem	Infantis + Benj	3
16:30	Peso	Mas	Inic.	3
16:30	3000 mx	Fem/Mas	Prova Extra	Séries
16:30	1000 m/1500 m	Fem/Mas	Prova Extra	Séries
16:45	3000 m/5000 m	Fem/Mas	Prova Extra	Séries

**Nota: os clubes devem apresentar as inscrições até 5ª feira dia 07/01/2021 via email. Os atletas participantes terão que trazer o dorsal de época.**

# INFORMAÇÕES

## **1. Regulamento para participação em Competições da AASM**

### **DURANTE A MITIGAÇÃO DA PROPAGAÇÃO DO SARS-COV-2**

A Associação de Atletismo de São Miguel entende que todos os atletas inscritos a participar nas suas provas estão devidamente informados, pelos seus clubes, dos riscos decorrentes desta pandemia, e que a sua participação resulta de uma decisão tomada pelo próprio atleta, ou representante legal em caso deste ser menor.

Assim, devem os clubes garantir que os atletas participantes, ou aos seus representantes legais, estão devidamente informados do seguinte:

#### **CONSENTIMENTO INFORMADO**

Estou devidamente informado que a frequência das instalações desportivas, para efeitos de competição de atletismo, resulta de uma DECISÃO TOMADA POR MIM, numa avaliação consciente e informada, em que pondero as vantagens da participação competitiva, face ao aumento de RISCO DE SAÚDE.

Estou devidamente informado que o conjunto de medidas de mitigação implementadas pela AASM se destinam a diminuir o risco e possibilidade de infeção pelo SARS-CoV-2, mas não podem assegurar a segurança plena nas instalações desportivas e da atividade, no contexto de pandemia, sendo fundamentais o distanciamento físico, a etiqueta respiratória, a lavagem frequente das mãos, a não partilha de objetos e a permanência no domicílio.

Estou esclarecido e alertado sobre os riscos acrescidos em contrair a doença (COVID-19), bem como das consequências e eventuais sequelas que acarretam não só para a minha saúde, como para a dos outros.

Neste contexto, comprometo-me a seguir as Normas e Orientações da Direção-Geral da Saúde, Direção Regional de Saúde, bem como as recomendações do Departamento Médico da FPA e do meu Médico Assistente.

Caso o atleta, ou representante legal em caso deste ser menor, não estiver de acordo o clube não deve efetuar a inscrição.

Nas Competições utilizaremos as normas da FPA, nomeadamente o Capítulo III – Manual de Procedimentos para o regresso às Competições (páginas 21 a 26).

Todos os juízes devem estar de máscara.