



# TORNEIO DE ABERTURA DE VERÃO + KM JOVEM

## PROGRAMA HORÁRIO

LOCAL: PISTA DE ATLETISMO DAS LARANJEIRAS – DATA: 12/MARÇO/2021

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

Entrada na pista	Horas	Prova	Sexo	Escalão	Ensaio
	18:40	Triplo + Quadruplo	Mas./Fem.	Todos	
	18:40	Martelo	Mas./Fem.	Todos	
	18:40	110 m barr	Mas	Todos	Séries
	18:50	100 m barr	Mas	Inic	Séries
	19:00	100 m barr	Fem	Todos	Séries
	19:10	80 m barr	Fem	Inic	Séries
	19:20	60 m barr	Mas./Fem.	Todos	Séries
	19:30	Disco	Mas./Fem.	Todos	
	19:30	200 m	Mas./Fem.	Todos	Séries
	19:40	3000 m	Mas./Fem.	Todos	Séries

## PROGRAMA HORÁRIO

LOCAL: PISTA DE ATLETISMO DAS LARANJEIRAS – DATA: 13/MARÇO/2021

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

Horas	Prova	Sexo	Escalão	Ensaio
14:30	Comp.	Fem.	DA	3 saltos – A
14:30	Comp.	Mas.	DA	3 saltos – B
15:00	Comp.	Fem.	Benj	3 saltos – A
15:00	Comp.	Mas.	Benj	3 saltos – B
15:00	Peso	Fem.	Todos	4 lançamentos
15:00	Altura	Fem	Todos	
15:00	100 m	Mas/DA	Todos	Séries
15:10	100 m	Fem/DA	Todos	Séries
15:15	80 m	Mas./DA	Inic	Séries
15:20	80 m	Fem./DA	Inic	Séries
15:30	Comp.	Mas.	Todos	4 saltos
15:30	Dardo	Mas./Fem.	DA	3 lançamentos
15:30	60 m	Mas/DA	Inf.	Séries
15:35	60 m	Fem./DA	Inf.	Séries
15:45	Bola	Mas./Fem.	DA	3 lançamentos
15:45	Peso	Mas./Fem.	DA	3 lançamentos
15:50	400 mx/800 mx/1500 mx/ 5000 mx	DA/ Mas./Fem.	Todos	Séries
16:00	Altura	Mas	Todos	
16:15	Comp.	Fem	Todos	4 saltos
16:15	Peso	Mas	Todos	4 lançamentos
16:30	Dardo	Mas./Fem.	Todos	4 lançamentos
16:30	400 m	Mas./Fem	Todos	Séries
16:35	800 m	Mas./Fem	Todos	Séries
16:40	300 m	Mas./Fem	Todos	Séries
16:45	250 m	Mas./Fem	Todos	Séries
17:00	1000 m	Mas./Fem	Todos	Séries
17:10	1500 m	Mas./Fem	Todos	Séries

**Nota: os clubes devem apresentar as inscrições até dia 11 de março.**

# 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.