

**ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE ÉVORA**  
Bairro da Cruz da Picada – Lote 5 – R/C – DTº  
7000-772 ÉVORA  
TEL. / FAX 266708425  
Mail: ass.atletismo.evora@sapo.pt



[www.atletismo-evora.pt](http://www.atletismo-evora.pt) | [www.facebook.com/AtletismoEvora](https://www.facebook.com/AtletismoEvora) | [www.instagram.com/associacaodeatletismodeevora/](https://www.instagram.com/associacaodeatletismodeevora/)

## **TORNEIO ATLETA COMPLETO DISTRITAL - VENDAS NOVAS** **11 E 12/04/2026**

**ÉVORA, 03 DE MARÇO DE 2026**

**COMUNICADO Nº 20/2026**

**ORGANIZAÇÃO:** ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE ÉVORA

**APOIO:** CAMARA MUNICIPAL DE VENDAS NOVAS

### **PROGRAMA HORÁRIO - (11 de Abril 2026 - Sábado)**

| ENTRADA NA PISTA | HORA PROVA | PROVA                  | ESCALÃO/SEXO       | COMPETIÇÃO | PROVAS EXTRA |
|------------------|------------|------------------------|--------------------|------------|--------------|
| 14:50 H          | 15:00H     | 80M Barreiras (0,76)   | SUB16 - Femininos  | Heptatlo   |              |
| 15:00 H          | 15:10H     | 80M                    | SUB16 - Masculinos | Octatlo    | Sub16        |
| 15:10 H          | 15:20H     | 60m                    | SUB14 - Femininos  | Pentatlo   | Sub14        |
| 15:20 H          | 15:30H     | 60M                    | SUB14 - Masculinos | Pentatlo   | Sub14        |
|                  | 15:50H     | Altura                 | SUB16 - Femininos  | Heptatlo   |              |
|                  | 15:50H     | Dardo 600g             | SUB16 - Masculinos | Octatlo    | Sub16        |
|                  | 16:15H     | Peso 2kg               | SUB14 - Femininos  | Pentatlo   |              |
|                  | 16:20H     | Comprimento (Tábua 1m) | SUB14 - Masculinos | Pentatlo   |              |
|                  | 16:50H     | Vara                   | SUB16 - Masculinos | Octatlo    |              |
|                  | 17:00H     | Dardo 500g             | SUB16 - Femininos  | Heptatlo   | Sub16+Sub18  |
|                  | 18:00H     | 300M                   | SUB16 - Masculinos | Octatlo    | Sub16+Sub18  |

### **PROGRAMA HORÁRIO - (12 de Abril 2026 - Domingo)**

| ENTRADA NA PISTA | HORA PROVA | PROVA                  | ESCALÃO/SEXO       | COMPETIÇÃO | PROVAS EXTRA |
|------------------|------------|------------------------|--------------------|------------|--------------|
| 09:20 H          | 09:30H     | 100m Barreiras (0,84)  | SUB16 - Masculinos | Octatlo    |              |
| 09:30 H          | 09:40H     | 60M Barreiras (0,76)   | SUB14 - Masculinos | Pentatlo   |              |
| 09:40 H          | 09:50H     | 60M Barreiras (0,76)   | SUB14 - Femininos  | Pentatlo   |              |
| 09:50 H          | 10:00H     | 80m                    | SUB16 - Femininos  | Heptatlo   | Sub16        |
|                  | 10:20H     | Disco 1Kg              | SUB16 - Masculinos | Octatlo    | Sub16        |
|                  | 10:40H     | Peso 3kg               | SUB14 - Masculinos | Pentatlo   |              |
|                  | 10:40H     | Comprimento (Tabua 1m) | SUB14 - Femininos  | Pentatlo   |              |
|                  | 10:40H     | Comprimento (Tabua 3m) | SUB16 - Femininos  | Heptatlo   | Sub16+Abs.   |
|                  | 11:30H     | Altura                 | SUB16 - Masculinos | Octatlo    | Sub16+Abs.   |
|                  | 11:40H     | 1000M                  | SUB14 - Masculinos | Pentatlo   | Sub14        |
|                  | 11:40H     | 1000M                  | SUB14 - Femininos  | Pentatlo   | Sub14        |
|                  | 11:40H     | Peso 3Kg               | SUB16 - Femininos  | Heptatlo   | Sub16+Sub18  |
|                  | 12:40H     | 800m                   | SUB16 - Femininos  | Heptatlo   | Sub16+Abs.   |
|                  | 12:45H     | 1000M                  | SUB16 - Masculinos | Octatlo    | Sub16+Abs.   |

**NOTA:** O programa horário poderá sofrer alguns ajustes em função do decorrer das provas



## **REGULAMENTO**

### **1 – PARTICIPAÇÃO**

Atletas Filiados na AAE época 2025/2026.

### **2 – ATLETA COMPLETO**

Torneio de provas combinadas, constituídas pelas seguintes disciplinas:

#### **2.1 – SUB 14 – Infantis Masculinos - Pentatlo – (Nota: podem participar Benjamins B)**

60m, comprimento + 60m barreiras, peso 3Kg, 1000m

#### **2.2 – SUB 14 – Infantis Femininos – Pentatlo – Nota: podem participar Benjamins B)**

60m, Peso 2kg + 60m barreiras, comprimento, 1000m

#### **2.3 – SUB 16 – Iniciados Masculinos - Octatlo**

80m, dardo 600g, vara, 300m + 100m barreiras, disco 1kg, altura, 1000m

#### **2.4 – SUB 16 – Iniciadas Femininos – Heptatlo**

80m barreiras, altura, dardo 500g + 80m, comprimento, peso 3kg, 800m

### **3 – CLASSIFICAÇÕES**

Haverá classificação Individual e coletiva.

**3.1 – Individual** – através do somatório de pontos do conjunto de provas escalão/sexo

**3.2 – Coletiva** – somatório de pontos do primeiro atleta de cada clube escalão/sexo.

### **4 - PRÉMIOS**

Medalhas para os 3 primeiros de cada competição escalão/sexo.

### **5 – INSCRIÇÕES/CONFIRMAÇÕES**

**5.1 –** As inscrições, devem ser feitas pelos Clubes ou atletas individuais através da plataforma <https://fpacompeticoes.pt> até às **23:59 horas de 5ª feira dia 09/04/2026**.

**5.2 -** As confirmações serão realizadas on-line e estarão disponíveis entre as 17:00 horas do dia 10/04/2026, 6ª feira e **terminam dia 11/04/2026, às 13:30 horas, em <https://fpacompeticoes.pt>**

### **6 – SELECÇÃO REGIONAL DA AAE PARA O TORNEIO ATLETA COMPLETO**

**(SUB14 Infantis e SUB16 Iniciados)** - Serão selecionados 1 Atleta por Escalão e Sexo, para a Final Nacional a realizar a 25 e 26 de Abril 2026 – Açores – S. Miguel – Ponta Delgada.

**Esta prova é importante para avaliação, mas não significa que os vencedores sejam automaticamente selecionados.**

### **7 – OMISSÕES**

Os casos omissos, serão resolvidos em conformidade com o Regulamento Geral de Competições da FPA.