



## REGULAMENTO **XXVIII Campeonatos do Alentejo Pista 2026**

*Estádio Municipal de Elvas*  
**23 de Maio de 2026**

### **Artigo 1º** **Organização**

1. A Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre, em colaboração com o Município de Elvas, da Associação de Atletismo de Beja e de Évora, vai realizar no dia **23 de Maio de 2026 (sábado)**, a partir das **15H00** no Estádio Municipal de Elvas, os XXVIII Campeonatos do Alentejo de Pista.

### **Artigo 2º** **Normas Regulamentares**

1. Podem participar atletas masculinos e femininos dos escalões de Juvenis, Juniores, Séniores e Veteranos, que se enquadrem nas seguintes situações: a) Sejam Portugueses e estejam filiados numa das 3 Associações Alentejanas. b) Sejam Estrangeiros e estejam filiados numa das 3 Associações Alentejanas. Os atletas estrangeiros com mais de 18 anos, para terem direito aos prémios e títulos do Campeonato do Alentejo, terão de satisfazer os seguintes requisitos: a) Estar filiado numa das 3 Associações Regionais nas 2 épocas anteriores, e terem competido, nessas duas épocas pelos respetivos clubes. b) Para a classificação coletiva, podem contar, no máximo, dois atletas estrangeiros filiados numa das 3 Associações, de acordo com o género.
2. Cada atleta só poderá participar num máximo de 2 provas, mais a estafeta.
3. Aos atletas Sub18 e Sub20 não é permitida a participação no mesmo dia, em mais do que uma prova individual de corrida ou marcha de distância igual ou superior a 400 metros. **Os atletas Sub20 que participem em provas de distância igual ou superior a 3000 metros, não podem posteriormente participar noutras provas de corrida ou marcha sendo esta limitação extensiva às estafetas.**
4. Nos concursos cada atleta tem direito a 4 ensaios para todos.
5. Salto em Altura – Altura inicial a definir em reunião técnica, subindo de 5 em 5 cm até 1.50 nos Fem, passando de 3 em 3cm; nos Masc será de 5 em 5 cm até 1.70 e depois de 3 em 3cm.



# PORTALEGRE

Associação de Atletismo

## **Artigo 3º** **Inscrições**

1. As inscrições dos Atletas devem ser feitas pelos Clubes ou Atletas Individuais através da página [fpacompeticoes.pt](http://fpacompeticoes.pt) aceitando e cumprindo as normas e indicações constantes no presente regulamento, aquando da sua inscrição.
2. Os atletas filiados na AADP participam com os dorsais de época, sendo aos restantes, atribuído um número de dorsal
3. Inscrição até ao dia **20 de Maio** (quarta-feira), até às 23:59 horas.
4. Não serão aceites inscrições feitas após o dia **20 de Maio de 2026**.
5. As confirmações serão realizadas on-line e estarão disponíveis entre as 12 horas do dia 22 de Maio, sexta-feira e terminam pelas 14 horas do dia 23 de Maio. Confirmações em [fpacompeticoes.pt](http://fpacompeticoes.pt)

## **Artigo 4º.** **Classificações**

1. Haverá classificação Individual e Coletiva.
2. Para a classificação coletiva contam os 8 primeiros classificados em cada prova, pontuando o 1º com 8 pontos, o 2º com 7 pontos e assim sucessivamente até ao 8º lugar que pontua com 1 ponto.
3. Apenas pontuam 3 atletas por clube/ disciplina.
4. Haverá classificação coletiva masculina e feminina separadamente.

## **Artigo 5º** **Prémios**

1. Prémios aos 3 primeiros classificados em cada prova.
2. Prémios às 3 primeiras equipas masculinas e femininas.



# PORTALEGRE

Associação de Atletismo

## Artigo 6º. Horários

15:00	Abertura Secretariado		Obsv.
15:30	Encerramento Secretariado		
15:30	400 metros barreiras	Femininos	(0.76cm) - 45m - 35m - 40m (10 barr)
15:30	Lançamento do Dardo	Masculinos	800g
15:30	Salto em Comprimento	Femininos	
15:45	Lançamento do Peso	Femininos	4 kg
15:45	Salto em Altura	Masculinos	
15:45	400 metros barreiras	Masculinos	(0.91cm) - 45m-35m-40m (10 barr)
16:00	100 metros barreiras	Femininos	(0.84cm) - 13m - 8.50m - 10.50m
16:15	110 metros barreiras	Masculinos	(1.07cm) - 13.72m - 9.14m - 14.02m
16:30	100 metros - eliminatórias	Femininos	
16:40	100 metros - eliminatórias	Masculinos	
17:00	Lançamento do Dardo	Femininos	600g
17:00	800 metros	Femininos	
17:00	Salto em Comprimento	Masculinos	
17:10	800 metros	Masculinos	
17:15	Lançamernto do Peso	Masculinos	7.260kg
17:15	Salto em Altura	Femininos	
17:30	200 metros	Femininos	
17:40	200 metros	Masculinos	
17:50	Final 100 metros	Femininos	
18:00	Final 100 metros	Masculinos	
18:10	5000 metros	Femininos	
18:10	5000 metros	Masculonos	
18:40	4x400 metros	Femininos	
18:50	4x400 metros	Masculinos	

**O programa-horário poderá sofrer alterações no decorrer da competição.**



# **PORTALEGRE**

Associação de Atletismo

## **Artigo 7º** **Direitos de Imagem**

A participação no evento implica a autorização para captação de imagem e som, bem como a sua utilização pela organização em materiais de comunicação (rádio, imprensa, vídeo, fotografia, internet, redes sociais, cartazes e outros meios).

O participante cede todos os direitos de utilização dessas imagens, sem que daí lhe advinha qualquer compensação financeira.

## **Artigo 8º** **Comunicação**

Consideram-se como canais oficiais de comunicação e informação sobre o AADP a página Web da AADP, bem como as suas páginas oficiais de Facebook e Instagram.

## **Artigo 9º** **Casos Omissos**

A resolução de casos omissos é da competência da Direção da AADP, em consonância com o Regulamento Geral de Competições da FPA, não cabendo recurso da decisão.

Portalegre, 15 de Abril de 2026

A Equipa Técnica Regional

(Original assinado em arquivo)

*Sara Costa Madeira*

*Marco Vitória*