

REGULAMENTO

Torneio Nacional de Lançamentos Longos 2023

Torneio Nacional de Lançamentos Longos Sobreda-Almada - 4 de Março de 2023



I – Introdução

O Torneio Nacional de Lançamentos Longos para Veteranos, disputar-se-á no dia **4 de março de 2023** em **Lisboa**, na Pista de Atletismo da Sobreda nas disciplinas do Martelão, Martelo, Dardo e Disco.

II – Participações

Neste evento podem participar todos os atletas devidamente inscritos na FPA, em ambos os géneros com idade igual ou superior a 35 anos, nos escalões definidos pela WA/WMA e subordinadas ainda ao RGC da FPA (Regulamento Geral de Competições).

III – Inscrições Preliminares

As inscrições deverão ser feitas pelos clubes ou atletas individuais através da plataforma da FPACOMPETIÇÕES, em <https://fpacompeticoes.pt/644/associacao>, imperterivelmente até às 23h59m **do dia 2 de março**. Cada clube pode inscrever um número ilimitado de atletas. A inscrição terá um valor de 3,00€ (três euros) por prova. Poderão realizar o pagamento das mesmas no local, se possível levando o valor exato ou por transferência bancária.

REGULAMENTO

Torneio Nacional de Lançamentos Longos 2023

IV - Classificações

Neste Torneio Nacional existirão classificações individuais por género para cada escalão.

V – Prémios

Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados de cada escalão etário e género.

VI - Programa Horário

O Torneio será disputado em uma só jornada, com início às 09h30. O programa horário apresentado é provisório. De forma a adequar o programa horário ao total de inscritos nos diversos escalões etários, o programa definitivo será apresentado após o fecho das inscrições.

Pretende-se assim, a realização de provas em simultâneo, maximizando a utilização das áreas disponíveis, para que a jornada não se prolongue mais do que o necessário.

Horas de câmara de chamada:

- 1- Até 45 minutos antes da hora dos concursos
- 2- Entrada em pista 35 minutos antes da hora dos concursos

REGULAMENTO

Torneio Nacional de Lançamentos Longos 2023

Horas	Disciplina	Escalão/Sexo	Zonas
09:30	Dardo	M60+ (G3)	Setor Dardo
10:30		M50-M55 (G4)	
11:30		M35-M45 (G5)	
12:30		F35-F45 (C1)	
13:30		F50+ (G2)	
09:30	Disco	F35-F45 (G1)	Gaiola
10:30		F50+ (G2)	
11:30		M60+ (G3)	
12:30		M50-M55 (G4)	
13:30		M35-M45 (G5)	
09:30	Martelão	M50-M55	Gaiola Exterior
10:30		F35-F45 (G1)	
11:30		F50-F55 (G2)	
12:30		M35-M45 (G5)	
13:30		M60+ (G3)	
15:30	Martelo	F35-F45 (C1)	Gaiola
15:30		M35-M45 (G5)	
16:30		M50-M55 (G4)	
16:30		F50+ (G2)	
17:30		M60+ (G3)	

VII – Alterações

Quaisquer alterações que sejam necessárias introduzir após a divulgação do presente regulamento, serão divulgadas exclusivamente no Facebook e site <https://www.anavportugal.com/>, e na documentação entregue com os dorsais.

O participante, ao proceder à inscrição nesta competição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, dos direitos de utilização da sua imagem captada em filmagens ou fotografias que terão lugar durante o evento, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais da competição.

IX – Direção Técnica

A coordenação do evento estará sob responsabilidade de um representante da ANAV, cabendo o ajuizamento à Associação Atletismo de Setúbal.

A organização autoriza a utilização de engenhos pessoais, desde que homologados, os quais serão disponibilizados para utilização de todos os atletas. Assim, os engenhos devem ser

REGULAMENTO

Torneio Nacional de Lançamentos Longos 2023

entregues na Câmara de Chamada para verificação até 01.30 horas antes da hora marcada para o início da prova respetiva.

Em cada prova os atletas terão direito a 4 ensaios.

X – Dorsais

Serão entregues no local da competição.

IX – Outros

Estando este evento subordinado às normas da WMA/FPA, os pesos dos engenhos estarão sujeitos a regulamentação própria em função dos escalões e géneros, como se segue:

Sexo	Escalão	Martelo	Disco	Dardo	Martelão
		Hammer	Discus	Javelin	Weight
Femininos	35/49	4,00	1,00	0,60	9,08
	50/59	3,00	1,00	0,50	7,26
	60/74	3,00	1,00	0,50	5,45
	>75	2,00	0,75	0,40	4,00
Masculinos	35/49	7,26	2,00	0,80	15,88
	50/59	6,00	1,50	0,70	11,34
	60/69	5,00	1,00	0,60	9,08
	70/79	4,00	1,00	0,50	7,26
	>80	3,00	1,00	0,40	5,45