

2

0

2

6



Plano de Atividades

Associação Distrital de Atletismo de Leiria

APRESENTAÇÃO:

O Plano de Atividades para 2026 reflete a visão estratégica da ADAL para o desenvolvimento do Atletismo no distrito de Leiria, consolidando o percurso de crescimento e modernização iniciado nos últimos anos.

Tal como em épocas anteriores, continuaremos a olhar para a nossa modalidade de forma global, valorizando todas as suas vertentes, formação, competição, trail, estrada e pista e procurando responder de forma eficaz às necessidades de todos os agentes desportivos.

Este plano reforça o compromisso da ADAL com a promoção de um atletismo mais inclusivo, dinâmico e sustentável, apostando na formação, na cooperação entre clubes e na criação de condições que potenciem o talento dos nossos atletas e treinadores.

Reforço da identidade e coesão entre clubes, treinadores, juízes e atletas.

Alinhamento com as diretrizes da Federação Portuguesa de Atletismo (FPA) e com o Agrupamento de Formação e Desenvolvimento Regional Lisboa + Leiria.

Houve necessidade de fazer uma reestruturação da Direção Técnica Regional, passando a ter a seguinte formação:

Carlos Carmino – Diretor Técnico Regional

Coordenação Geral – Desenvolvimento (Novos Clubes, Contactos com Associados da ADAL: Clubes, Treinadores e Dirigentes)

Resistência, Marcha e Provas Combinadas

João Pimentel – Técnico Regional

Desenvolvimento, Kids Athletics/Convívio de Benjamins

António Graça – Técnico Regional

Desenvolvimento e Resistência (Corrida) e Avaliação e Controle do treino através da lactatémia Desenvolvimento, Estatística e Lançamentos

Wilson Martins – Técnico Regional

Corridas – Velocidade, Barreiras e Estafetas

Tomé Agostinho - Técnico Regional

- Saltos

Diogo Correia - Técnico Regional

- Lançamentos

PRINCIPAIS OBJETIVOS DA ADAL PARA A ÉPOCA 2025-2026:

Reforçar o serviço e a proximidade aos nossos associados, promovendo uma comunicação mais eficaz e colaborativa entre clubes, treinadores, atletas e juízes;

Promover e desenvolver o atletismo em todas as suas vertentes, reforçando a prática regular e a criação de novas oportunidades competitivas em todo o distrito;

Atingir um novo recorde de atletas filiados, consolidando o crescimento sustentado da modalidade (meta: superar os 2.000 atletas);

Ultrapassar o recorde histórico de clubes filiados, reforçando o apoio à criação e consolidação de novas estruturas desportivas (meta: mais de 60 clubes ativos);

Elevar o desempenho das seleções distritais, assegurando uma presença competitiva e digna em todos os torneios interassociações e nacionais;

Reforçar a formação de treinadores, em articulação com a Federação Portuguesa de Atletismo, garantindo a realização de cursos de treinadores de graus I, II e III, e promovendo ações específicas de atualização técnica e pedagógica;

Apostar no desenvolvimento dos jovens atletas, através da realização regular de concentrações distritais e regionais em todas as áreas técnicas, com acompanhamento individualizado;

Valorizar e expandir o quadro de juízes, assegurando melhores condições de atuação, formação contínua e reconhecimento do seu papel essencial na organização competitiva;

Acompanhar e apoiar a atividade dos clubes e treinadores, promovendo o crescimento técnico, organizativo e institucional, e garantindo uma presença ativa da ADAL em todo o território distrital;

Fomentar a inclusão, igualdade e sustentabilidade, promovendo iniciativas que reforcem o papel social do atletismo e o seu impacto positivo nas comunidades locais.

Para atingir estes objetivos, definimos as seguintes áreas de atuação:

Implementar um calendário competitivo diversificado e equilibrado, que vá ao encontro das expectativas dos nossos associados e promova oportunidades adequadas para todos os escalões e especialidades;

Apoiar e valorizar a organização de eventos promovidos pelos clubes filiados, reforçando a cooperação técnica e logística da ADAL em todas as fases das provas;

Dinamizar ações de captação e promoção da modalidade em todo o distrito de Leiria, em estreita colaboração com clubes, escolas e autarquias, potenciando o crescimento da base de praticantes;

Reforçar o calendário de atividades de formação e convívios jovens, com especial atenção aos escalões de Sub 10 a Sub 14, aumentando o número e a qualidade das iniciativas;

Manter e consolidar os circuitos distritais de Meio-Fundo e Trail's, promovendo a sua valorização e reconhecimento como competições de referência no distrito;

Introduzir novas provas temáticas e de curta duração, que tornem o calendário mais atrativo e ajustado às dinâmicas atuais da modalidade;

Participar ativamente em torneios e competições interassociações, reforçando a presença das seleções distritais e a troca de experiências entre atletas e técnicos;

Apoiar a realização de provas em todo o território distrital, incluindo os concelhos com menor densidade competitiva, garantindo uma cobertura equilibrada e o acesso equitativo à prática desportiva.

Formação:

Reforçar o investimento na formação contínua dos atletas, treinadores e juizes, como base essencial para o crescimento sustentado e qualificado do atletismo distrital;

Aumentar o número e a qualidade das concentrações distritais, direcionadas para os atletas filiados na ADAL que revelem maior potencial, assegurando o acompanhamento técnico e o desenvolvimento progressivo do seu desempenho;

Participar ativamente nas atividades do Centro de Formação e Desenvolvimento Regional Lisboa + Leiria, promovendo a partilha de conhecimento e a integração dos atletas e técnicos do distrito em contextos regionais e nacionais;

Organizar e colaborar com a Federação Portuguesa de Atletismo na realização de Cursos de Treinadores de graus I, II e III, garantindo a atualização de competências e a valorização técnica dos nossos quadros;

Promover ações de formação especializadas nas diferentes áreas do atletismo (velocidade, resistência, lançamentos, saltos, provas combinadas, trail, marcha e atletismo jovem), alinhadas com as necessidades dos clubes e treinadores;

Realizar cursos e ações de reciclagem para Juizes de Atletismo, reforçando o conhecimento das regras, o uso de novas tecnologias e as boas práticas na arbitragem;

Fomentar a partilha de boas práticas e experiências entre técnicos, clubes e instituições, incentivando uma cultura de aprendizagem colaborativa e inovação técnica no distrito.

Equipamento:

Investir na aquisição e renovação de material técnico e logístico, de forma a modernizar e qualificar as competições organizadas pela ADAL, garantindo melhores condições para atletas, juizes e público;

Disponibilizar, de forma organizada e criteriosa, material desportivo aos clubes filiados que dele necessitem, promovendo a partilha de recursos e o fortalecimento do trabalho colaborativo no distrito;

Assegurar a manutenção e conservação regular do equipamento existente, prolongando a sua durabilidade e garantindo a qualidade operacional em todas as competições;

Explorar oportunidades de financiamento e parcerias com entidades públicas e privadas para apoiar a aquisição de novo material técnico e tecnológico.

Plano Financeiro:

Manter e reforçar o programa de apoio financeiro aos clubes filiados, promovendo uma distribuição justa e transparente dos recursos disponíveis, incentivando o desenvolvimento da atividade desportiva em todo o distrito;

Diversificar as fontes de financiamento da ADAL, através da captação de parcerias com entidades públicas e privadas, patrocínios locais e regionais;

Garantir uma gestão financeira responsável e sustentável, assegurando o equilíbrio orçamental e a afetação eficiente dos recursos às áreas prioritárias da modalidade;

Investir estrategicamente em áreas de impacto direto, como a formação, a modernização de equipamentos e a organização de competições de referência;

Promover a transparência e a prestação de contas, reforçando a confiança dos clubes, associados e parceiros institucionais na gestão da ADAL.

Comunicação e imagem:

Reforçar a presença digital da ADAL, modernizando o site institucional para o tornar mais dinâmico, acessível e informativo, promovendo uma comunicação transparente e atualizada com todos os associados e o público em geral;

Aumentar a visibilidade e o alcance da modalidade, através de uma estratégia integrada de comunicação que valorize as conquistas dos atletas, clubes e eventos distritais;

Aprimorar a divulgação dos rankings distritais e estatísticas competitivas, garantindo rapidez, rigor e facilidade de acesso à informação;

Consolidar a presença ativa nas redes sociais (Facebook, Instagram e outras plataformas emergentes), com conteúdos regulares, atrativos e ajustados às diferentes audiências;

Promover a transmissão em direto e a cobertura audiovisual dos principais eventos da ADAL, contribuindo para a valorização mediática do atletismo distrital e o envolvimento da comunidade;

Manter uma relação próxima e colaborativa com a comunicação social, fortalecendo parcerias com órgãos locais e regionais para uma maior divulgação da modalidade;

Organizar e apoiar eventos públicos de promoção do atletismo, aproximando a modalidade da população e incentivando a prática desportiva em todas as idades;

Desenvolver novas parcerias com empresas e entidades regionais, proporcionando benefícios e condições especiais aos atletas e clubes, e reforçando a ligação da ADAL ao tecido económico e social do distrito;

Consolidar a imagem institucional da ADAL, promovendo uma identidade visual coerente, profissional e alinhada com os valores da federação e da comunidade desportiva.