

## PROVA DE OBSERVAÇÃO - 35 KM MARCHA EM ESTRADA

---

### 1. NOTA INTRODUTÓRIA

- 1.1 Esta prova de 35 km será disputada em conjunto com os Campeonatos Regionais de Marcha de Leiria, Coimbra e Santarém e destina-se a observação do estado de forma dos atletas com vista a selecção para a Campeonato do Mundo de Nações de Marcha Atlética.

### 2. NORMAS REGULAMENTARES

- 2.1 Poderão participar atletas dos escalões Sénior e Veteranos que se enquadrem numa das seguintes situações:
- a) Sejam portugueses e estejam filiados numa Associação Distrital ou numa Federação Estrangeira Congénere;
  - b) Sejam estrangeiros e estejam filiados numa Associação Distrital;
  - c) Sejam portugueses e estejam filiados no INATEL
  - d) Sejam estrangeiros e filiados numa Federação Congénere, e tenham obtido autorização expressa da FPA para participar nesta Competição

### 3. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão ser feitas pelos clubes ou atletas individuais nas respectivas Associações Distritais (ou via outra Federação Membro da IAAF no caso de atletas filiados numa Federação estrangeira) de modo que, uma vez verificadas as filiações, sejam enviadas à FPA até ao dia 14 de Janeiro de 2016.

As inscrições deverão indicar, obrigatoriamente, e por atleta, o seu nome, nº de licença federativa, o ano de nascimento e caso seja estrangeiro, a respectiva nacionalidade.

Só serão consideradas as inscrições enviadas nos impressos próprios que se encontram à disposição dos interessados nas Associações Distritais de Atletismo ou em fotocópias destes.

# Prova Observação 35 km Marcha (incluída no Campeonatos Regionais de Leiria, Coimbra e Santarém)

Porto de Mós -

Sábado - 23 de Janeiro de 2016				
14:30	35 km	Sen - Sub23 - Vet	Masc	Prova de Observação
14:30	20 km	Sen - Sub23 - Vet	Masc	Campeonatos Distritais
14:35	5 km	Juv - Vet	Masc	Campeonatos Distritais
14:35	10 km	Juvenis	Masc	Prova Extra
14:40	30 km	Sen - Sub23 - Vet	Fem	Prova Extra
14:40	20 km	Sen - Sub23 - Vet	Fem	Prova Extra
14:40	15 km	Sen - Sub23 - Vet	Fem	Campeonato Regional ADAL
14:40	10 km	Sen - Sub23 - Vet	Fem	Campeonato Regional AAS
14:45	5 km	Juv - Vet	Fem	Campeonatos Distritais
15:45	4 km	Iniciadas	Fem	Campeonatos Distritais
15:45	4 km	Iniciados	Masc	Campeonatos Distritais
16:15	3 km	Infantis	Fem	Campeonatos Distritais
16:15	3 km	Infantis	Masc	Campeonatos Distritais
16:30	1 km	Benjamins	Fem / Masc	Promoção
16:30		Todos	Fem / Masc	Promoção