

**ASSOCIAÇÃO DOS VETERANOS GAÚCHOS DE ATLETISMO**  
**40° CAMPEONATO ESTADUAL DE ATLETISMO MÁSTER**

## **Regulamento**

### **DA COMPETIÇÃO**

#### **1. REGULAMENTO**

O 40° Campeonato de Atletismo Máster – será realizado obedecendo às regras da World Athletics (adaptada ao Atletismo Máster de acordo com a WMA), e a este regulamento.

#### **2. LOCAL DE REALIZAÇÃO**

As competições serão realizadas no Estádio Jose Carlos Daudt (Pista Sintética de Atletismo da Sogipa) dia 16 de maio de 2026

Obs.: As inscrições deverão ser impreterivelmente realizadas e efetivadas com o pagamento da taxa de inscrição no prazo estabelecido.

#### **VALOR DAS INSCRIÇÕES**

SÓCIO	R\$ 120,00	Direito a 03 provas + revezamentos
NÃO SOCIO	R\$ 150,00	Direito a 03 provas + revezamentos
ASSESSORIAS (grupo 15 atletas)	R\$ 120,00	Direito a 03 provas + revezamento
PROVAS ADICIONAIS	R\$ 40,00	Quantas o atleta pretender

#### **3. LOCAL DAS INSCRIÇÕES:**

\* Somente através do site: [www.avegars.com.br](http://www.avegars.com.br) °

\* Enviadas para o email: [financeiro@avegars.com.br](mailto:financeiro@avegars.com.br)

\* Eventuais Dúvidas entre em contato direto com o whats da Avega: (51) 995250884 ou pelo Financeiro Avega: (51) 991163584

**3.1- PERÍODO DAS INSCRIÇÕES:** As inscrições serão aceitas até o dia 10/05/2026.

#### **4. PAGAMENTO DAS INSCRIÇÕES:**

Poderá ser realizado depósito ou transferência bancária em nome da AVEGA

**(Associação dos Veteranos Gaúchos de Atletismo- CNPJ 91.698.365/0001-97**

**Banco: Caixa Federal Agência: 0430 Conta: 26441-8**

**Chave PIX- CNPJ: 91.698.365/0001-97**

**\* Na sede da entidade não serão aceitos pagamentos em espécie.**

**RETIRADA DO KIT:** dia 15/05/2026 na Sogipa a partir das 14 horas.

## **6. FAIXA ETÁRIAS**

<b>IDADE</b>	<b>MASCULINO</b>	<b>FEMININO</b>
30 a 34 anos	M30*	F30*
35 a 39 anos	M35	F35
40 a 44 anos	M40	F40
45 a 49 anos	M45	F45
50 a 54 anos	M50	F50
55 a 59 anos	M55	F55
60 a 64 anos	M60	F60
65 a 69 anos	M65	F65
70 a 74 anos	M70	F70
75 a 79 anos	M75	F75
80 a 84 anos	M80	F80
Acima de 85 anos	M85	F85

**\* *Categorias M30 e F30 são consideradas Pré Máster***

## **7. PROVAS – MASCULINA/ FEMININA-**

100, 200, 400, 800, 1500, 5000 metros

100,110, 300 metros com barreiras.

3000 metros com obstáculos

3.000 Marcha Atlética

Salto Altura, distância e salto Triplo.

Arremesso peso, lançamento disco, dardo e martelo.

**Revezamento Olímpico 4 x 100, 4 x400m**

## **8. PROVAS DE PISTA - Eliminatórias e Séries (Regra 166.2)**

São previstas séries eliminatórias apenas nas corridas de 100 metros rasos, quando o número de inscritos justificarem tal procedimento. As demais corridas serão corridas em final por tempo.

**200, 400 e 800 metros:** Provas corridas diretamente em final por tempo, as series serão compostas e as raias serão atribuídas de acordo com as marcas informadas.

**1500 metros:** Provas corridas diretamente em final por tempo serão compostas com base nos resultados fornecidos na inscrição. As séries serão de preferência de **16 atletas ou menos**. Os resultados finais serão combinados de todas as séries de cada categoria.

**5.000 metros:** As séries de 5000 metros não terão mais de **24 atletas**.

**Obstáculos:** As especificações e regras de obstáculos devem seguir as regras da WA/ WMA. As séries serão de **preferência de 16 atletas** ou menos. Os resultados finais serão combinados de todas as séries de cada categoria.

**9. PROVAS DE CAMPO-** Serão realizadas conforme com as regras da WA/ WMA.

Nas provas de campo, exceto o salto com vara e o salto em altura, todos os competidores inscritos terão direito a 3 (três) tentativas. Se houver mais do que 08 (oito) atletas na categoria de idade, ao final da terceira série de tentativas os oito melhores competidores terão direito a mais 3 (três) tentativas. Se houver 8 (oito) ou menos em cada categoria de idade cada competidor terá direito a 6 (seis) tentativas

**OBS\* As provas que não tiverem inscritos nas categorias serão canceladas**

## **ANEXO: ESPECIFICAÇÕES DOS IMPLEMENTOS**

### **MULHERES**

<b>Categoria</b>	<b>Martelo</b>	<b>Peso</b>	<b>Disco</b>	<b>Dardo</b>	<b>Martelete</b>
<b>W 30-49</b>	<b>4 kg</b>	<b>4 kg</b>	<b>1.0 kg</b>	<b>600 g</b>	<b>9.080 kg (20 libras)</b>
<b>W 50-59</b>	<b>3 kg</b>	<b>3 kg</b>	<b>1.0 kg</b>	<b>500 g</b>	<b>7.260 kg (16 libras)</b>
<b>W 60-74</b>	<b>3 kg</b>	<b>3 kg</b>	<b>1.0 kg</b>	<b>500 g</b>	<b>5.450 kg (12 libras)</b>
<b>W 75+</b>	<b>2 kg</b>	<b>2 kg</b>	<b>.750 kg</b>	<b>400 g</b>	<b>4.000 kg (8.9 libras)</b>

### **HOMENS**

<b>Categoria</b>	<b>Martelo</b>	<b>Peso</b>	<b>Disco</b>	<b>Dardo</b>	<b>Martelete</b>
<b>M 30-49</b>	<b>7.260 kg (16 libras)</b>	<b>7.260 kg (16 libras)</b>	<b>2.0 kg</b>	<b>800 g</b>	<b>15.880 kg (35 libras)</b>
<b>M 50-59</b>	<b>6 kg</b>	<b>6 kg</b>	<b>1.5 kg</b>	<b>700 g</b>	<b>11.340 kg (25 libras)</b>
<b>M 60-69</b>	<b>5 kg</b>	<b>5 kg</b>	<b>1.0 kg</b>	<b>600 g</b>	<b>9.080 kg (20 libras)</b>
<b>M 70-79</b>	<b>4 kg</b>	<b>4 kg</b>	<b>1.0 kg</b>	<b>500 g</b>	<b>7.260 kg (16 libras)</b>
<b>M 80+</b>	<b>3 kg</b>	<b>3 K</b>	<b>1.0 kg</b>	<b>400 g</b>	<b>5.450 kg (12 libras)</b>

## **10. MARCHA NA PISTA**

Todos os árbitros, além de ser qualificados seguirão a regras e regulamentos da WA/WMA. O quadro de desqualificação será posicionado próximo a linha de chegada. O quadro mostrará o número de peito, os cartões vermelhos atribuídos e os atletas desqualificados. Apenas o Árbitro Chefe pode desqualificar um atleta e haverá árbitros ao longo do percurso para detectar as infrações à regra.

## **11. NÚMERO DE PROVAS**

Cada atleta poderá participar pela inscrição de 03 provas individuais e quantas adicionais pretender.

## **12. CHAMADA PARA CONFIRMAÇÃO**

Todos os atletas inscritos deverão confirmar sua participação na câmara de chamada 30 minutos antes do horário das provas.

Na confirmação da realização das provas, o atleta deverá apresentar o seu número de inscrição no Campeonato Gaúcho de Atletismo Master e documento de identificação com foto.

O atleta que não comparecer a chamada da prova que estará localizada junto a pista, estará automaticamente fora da prova.

## **13. NÚMERO DE PEITO DO ATLETA**

Todos os atletas receberão um número para ser usado na parte frontal, exceto nas provas especiais e que o árbitro julgar conveniente. Os números não devem ser dobrados ou cortados. Isto levará a uma desqualificação. Nas provas de revezamento, os atletas usarão seus números individuais.

**14. UNIFORMES:** atletas podem usar uniformes de equipe, clube ou a escolha do atleta.

## **15. PATROCINADOR NO UNIFORME**

É permitido a propaganda de patrocinador no uniforme dos atletas desde que não cubra o número de peito.

## **16. SAPATILHAS DE PREGO**

Os pregos dos sapatos dos atletas serão verificados pela Câmara de Chamada, para garantir que eles cumpram as regras da WA. Quando a competição for realizada em uma superfície sintética, os pregos não devem ser superiores a 7 mm, exceto no Salto em Altura/Alto e Lançamento do Dardo, onde não devem exceder 12 mm.

## **17. MARCADORES**

Os atletas podem utilizar no máximo um (1) marcador nas provas de revezamento e 2, no máximo, nas provas de campo de acordo com as regras da WA: 170.11, 180.3. Exceto no Salto em Altura, esses marcadores devem ser colocados do lado de fora da pista. Os atletas não poderão utilizar seus próprios marcadores (com exceção de fita adesiva) para eventos de campo. Para o Salto em Distância/Largo, Salto Triplo e Lançamento do Dardo os atletas são obrigados a utilizar apenas fita adesiva. Nenhum giz, marcadores de caneta

em pó, ou marcadores permanentes de qualquer tipo podem ser usados na ou perto de qualquer pista sobre responsabilidade de imediata desqualificação.

## **18. ACESSO NA PISTA OU CAMPO PELOS ATLETAS, SAÍDA DA PISTA**

Os atletas somente poderão entrar ou sair da pista ou do campo de atletismo quando acompanhados por um oficial da competição.

***OBS: Depois da entrada em campo dos atletas, nenhum retardatário será admitido.***

## **19. RESULTADOS**

Serão anexados junto a pista nos boletins afixados nos murais correspondentes e postados posteriormente no site [www.avegars.com.br](http://www.avegars.com.br)

## **20. CONGRESSO TÉCNICO**

**Será realizado de forma online no dia 15/5/2026 as 20h.**

## **21. PREMIAÇÃO**

Todas as categorias até o terceiro lugar serão premiadas com medalhas. As premiações dar-se-ão o final de cada prova, após o anúncio oficial dos resultados. Caso o atleta não possa comparecer à solenidade de premiação, deverá recebê-la na secretaria do evento.

Ou na sede administrativa da associação posterior. Nenhuma medalha será entregue antes da Cerimônia de Premiação. Troféus até o terceiro lugar para as maiores equipes por pontuação.

**A última Cerimônia de Premiação** do dia será para as provas que terminarem até as **17h00min**. Para as provas que terminarem depois 17h00min a Cerimônia de Premiação será realizada na manhã seguinte.

## **22. FOTOS**

Fotos profissionais serão tiradas e estarão disponíveis para compra no Estádio.

## **23. PROTESTOS E RECURSOS**

**23.1 TRIBUNAL DE APELAÇÃO:** Será composto por 5 membros, o diretor técnico da competição, um representante da diretoria da AVEGA, e 2 representantes dos atletas participantes do Campeonato de Atletismo AVEGA 40 anos

**23.2 RECURSOS:** devem ser feitos em conformidade com as regras da WA / WMA. Os protestos uma prova ou resultado o atleta pode fazer diretamente ao Árbitro, de preferência ao Árbitro Chefe da Prova.

O árbitro irá considerar os fatos de acordo com as circunstâncias e as regras WMA/WA e tomar uma decisão no local, que pode ser oral ou escrita. Caso o atleta discorde, poderá entrar com recurso por escrito assinado pelo mesmo, seu delegado em até trinta (30) minutos do término da prova em formulário cedido pela C.O e acompanhado de um pagamento de R\$ 100,00 (este valor deverá ser devolvido ao autor caso o protesto seja procedente).

## **24. Cerimônia de Abertura**

Os Atletas deverão concentrar-se na arquibancada às 13h do dia 16 de maio na Pista de atletismo da Sogipa.

## **25. Cerimônia de Encerramento**

Ocorrerão na Pista imediatamente após a conclusão das provas de Revezamento, no sábado dia 16/05/2026

### ***Informações logísticas da Sociedade SOGIPA:***

**Restaurantes:** dentro do clube encontram se restaurantes. A maioria abre diariamente, são servidos, almoço, lanches, lojas de conveniências e farmácia

**Restaurante do Tênis:** Fechamos valores especiais para almoço dos atletas.

**Banheiros:** Será permitido uso livre ao banheiro Masculino e outro Feminino com chuveiros quentes aos atletas.

**GUARDA VOLUMES:** Estará disponível na pista de atletismo com guardadora para todos os atletas guardarem seus pertences.

Porto Alegre 11 de Março de 2026.

***Ramão de Oliveira Paz Junior***

***Presidente da AVEGA***