



REGULAMENTO

“IV MEETING NOTURNO DO SEIXAL 2026”

Com organização do Núcleo do Sporting Clube de Portugal do Seixal, e com o apoio da Câmara Municipal do Seixal, da Junta de Freguesia do Seixal e Associação de Atletismo de Setúbal, realiza-se no dia 3 de julho de 2026, com início às 18h30, no Complexo Municipal Carla Sacramento, a 4.ª edição do Meeting Noturno do Seixal.

O evento integra provas de resistência (corrida e marcha atlética), destinadas a todos os escalões etários.

Esta competição está inserida no Troféu de Atletismo do Seixal e é aberta à participação de atletas federados e não federados.

1. PROGRAMA HORÁRIO

18h30	Abertura do secretariado
19h15	Circuito Benjamins A + Música ambiente
19h30	600 m - Benjamins B e Infantis – M
19h35	600 m (Benjamins B e Infantis – F)
19h45	800 m - Iniciados e Juvenis M e F
20h00	1000 m marcha - promotion event (Absolutos) + Música ambiente
20h15	1500 m - Jun e Sen fem ^{Pista 1} Vet I e II fem ^{Pista 5}
20h45	1500 m – Vet. II, IV fem ^{Pista 1} Jun e Sen masc. ^{Pista 5}
21h00	1500 m – Vet. I masc ^{Pista 1} Vet. II masc ^{Pista 5}
21h15	1500 m – Vet. III masc ^{Pista 1} Vet. IV masc ^{Pista 5}
21h30	1500 m – Vet. V masc ^{Pista 1} Vet. VI masc ^{Pista 5}
21h45	1500 m – Vet. VII e VIII ^{Pista 1}

1.1. Circuito Benjamins – Atletismo Total

O circuito Benjamins A será composto por 4 estações que contemplam os 4 fundamentos (Correr, Saltar, Lançar, Marchar).

1.2. Competição promocional de marcha atlética

Será realizada uma prova promocional de 1.000 m de marcha atlética, na qual poderão participar atletas dos escalões de Benjamins B a Veteranos.

A prova será disputada em duas pistas. Na pista 1 competirão os escalões de Juvenis, Juniores, Seniores e Veteranos, enquanto na pista 5 competirão os escalões de Benjamins B, Infantis e Iniciados.

2. ESCALÕES ETÁRIOS *

Sub-10 (Benjamins A)	Até 9 anos Depois de 2015
Sub-12 (Benjamins B)	10 a 11 anos 2015 e 2016
Sub-14 (Infantis)	12 a 13 anos 2013 e 2014
Sub-16 (Iniciados)	14 a 15 anos 2011 e 2012
Sub-18 (Juvenis)	16 a 17 anos 2009 e 2010
Sub-20 (Juniores)	18 a 19 anos 2007 e 2008
Sub-23	20 a 22 anos 2004, 2005, 2006
Seniores	20 em diante 2006 e anteriores
Veteranos	35 em diante Ano de referência 1991

*Escalação FPA a partir de 1 Janeiro de 2026.

3. INSCRIÇÕES

As inscrições são gratuitas e deverão ser efetuadas até às 22h00 de terça-feira, dia 30 de junho de 2026, através do seguinte endereço de e-mail:

inscricoes.atletismo@cm-seixal.pt

Na inscrição deverá ser indicada a(s) prova(s) em que cada atleta irá participar.

4. LOCAIS DAS PROVAS

As provas terão lugar no Complexo Municipal Carla Sacramento.

5. CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS

a) Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados de cada prova do Troféu de Atletismo do Seixal (TAS).

b) Serão ainda atribuídos prémios aos três primeiros classificados da prova de 1.000 m marcha jovens (Benjamins B a Iniciados) e aos três primeiros classificados da prova de 1.000 m marcha absolutos (Juvenis, Juniores, Seniores e Masters).

6. PARTICIPANTES

O Meeting é aberto a todos os interessados, mediante inscrição prévia e cumprimento das normas estabelecidas pelo Troféu de Atletismo do Seixal (TAS).

Podem participar atletas federados e não federados (populares).

7. CASOS OMISSOS

Todos os casos omissos no presente regulamento, bem como qualquer situação não prevista, serão resolvidos pela organização.

A Organização da Prova,
Núcleo Sportinguista do Seixal
Câmara Municipal do Seixal
Associação de Atletismo de Setúbal
Junta de Freguesia do Seixal