

JOGOS REGIONAIS FENAE – CENTRO OESTE 2019
20 a 23 de Junho de 2019

PROVAS DE PISTA E CAMPO

21 de Junho de 2019 (Sexta-Feira) das 15h00 às 20h00



Jogos Regionais Centro-Oeste



APCEF

Brasília - 2019



FENAE



PROGRAMAÇÃO

15h20 – Confirmações

16h00 – 100m rasos feminino – Livre

16h15 – 100m rasos masculino – livre

16h30 – 100m rasos feminino – Master

16h45 – 100m rasos masculino – Master

17h00 – 400m rasos feminino – livre

17h15 – 400m rasos masculino – livre

17h30 – 400m rasos feminino – máster

17h45 – 400m rasos masculino – máster

Salto em distância feminino – Livre

18h00 – 1500m rasos masculino – livre/máster

18h20 – 1500m rasos feminino – livre/máster

18h40 – 200m rasos feminino – livre

Salto em distância masculino - livre

18h55 – 200m rasos feminino – máster

19h10 – 200m rasos masculino – livre

19h25 – 200m rasos masculino – máster

19h40 – 4x100m rasos feminino – livre

19h55 – 4x100m rasos masculino – livre

20h10 – 4x100m rasos Misto

Encerramento das confirmações

15 minutos antes para provas de pista

20 minutos antes para provas de campo (salto em distância)

Entrada na pista

10 min antes para as provas de pista

15 min antes para as provas de campo (salto em distância)

SOBRE O LOCAL DAS PROVAS

CECAF - Centro de Capacitação Física do Comando de Bombeiros Militar do Distrito Federal

As provas de velocidade, revezamento, meio fundo e salto em distância serão realizadas no dia 21/06/2019, a partir das 15h20 no CBMDF CECAF – Centro de Capacitação Física do Comando de Bombeiros Militar do Distrito Federal, localizado no Setor Policial Sul, Área Especial 3 – Brasília-DF, CEP 70.297-400

Link Google Maps ou Waze (<https://goo.gl/maps/zBkBhaNYPdWRzpK48>)

O CECAF é o maior complexo esportivo militar do mundo. Localizado em uma área de aproximadamente 35 mil m² no Setor Policial Sul, foi projetado de acordo com padrões internacionais de qualidade, o centro possui pista de atletismo, piscina olímpica coberta, ginásio coberto, campo de futebol gramado, quadra de vôlei de areia, salas para treinamento e laboratórios. A ideia do centro partiu de um grupo do Corpo de Bombeiros que identificou perda de condicionamento físico e aumento dos índices de sobrepeso e obesidade na corporação. Dessa forma, um dos principais objetivos do espaço é oferecer aos bombeiros um local apropriado para reabilitação física por meio da prática de atividades, com supervisão de especialista e suporte de um laboratório de fisiologia.

Foi utilizado como centro de treinamento para a Copa das Confederações em 2013 e a Copa do Mundo de 2014.



REGRAS DE UTILIZAÇÃO DA PISTA DE ATLETISMO

CIRCULAÇÃO E UTILIZAÇÃO DOS ESPAÇOS

O CECAF é um centro de treinamento militar para tanto os civis obedecem às mesmas regras apresentadas aos militares do Comando de Bombeiros Militares.

PARA CONHECIMENTO:

- Para o acesso ao ambiente do CECAF os atletas deverão estar devidamente identificados com crachá pertinente aos Jogos Regionais do Centro Oeste de 2019.
- Deverão estar devidamente trajados com uniforme de competição e vestimentas adequadas ao ambiente militar, não podendo, portanto, transitar sem camisa/camisetas.
- O CECAF possui vestiários para trocas de roupas, local adequado para tal.
- O CECAF possui estacionamentos que estão devidamente identificados para acondicionar os veículos com segurança, não devendo estacionar nas vias de tráfego.
- São proibidos ainda animais, mesmo que conduzidos por coleiras, som, bebida alcoólica ou substância tóxica.

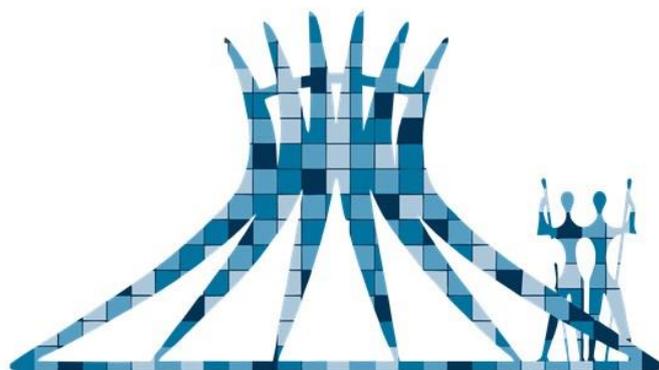
UTILIZAÇÃO DA PISTA DE ATLETISMO

- Considerando a necessidade imperiosa de preservação do piso sintético, as sapatilhas de atletismo deverão ter no máximo 5mm de profundidade ou utilização de tênis.
- Não poderá ser utilizado chuteiras para trânsito ou provas nas áreas de piso emborrachado;
- O acesso na pista será somente para os atletas competidores, árbitros e comissão técnica da prova
- A pista de aquecimento e saltos será liberada 20 min antes da prova, sendo que os atletas deverão se retirar quando solicitado;
- Não deverá transitar pelo gramado central;
- O lixo deverá ser destinado ao local adequado, sendo que haverá lixeiras em pontos estratégicos.

As regras apresentadas foram apresentadas para garantir que todos tenha a melhor condição de usufruir do local conforme suas necessidades e interesses.

BOA PROVA!

JOGOS REGIONAIS FENAE – CENTRO OESTE 2019
20 a 23 de Junho de 2019



Jogos Regionais Centro-Oeste



APCEF

Brasília - 2019



FENAE



CORRIDA RUSTICA

Entrega Chip: 22/06/2019 (Sábado)

Local : Secretaria dos Jogos Regionais 2019

Horário : 10h as 18h

Data da Prova : 23/06/2019 (Domingo)

Local : L4 Norte – em frente a APCEF/DF

Horário : 7h00

Confirmação Atleta : 23/06/2019 (Domingo)

Local : Tenda da Cronometragem (APCEF/DF)

Horário : 6h00 as 6h45

(não será entregue chip no dia da prova)

A PROVA

A corrida rustica dos Jogos Regionais FENAE do Centro Oeste 2019, será realizada no domingo, dia 23 de junho de 2019 às 7h00min, com largada e chegada em frente à sede da APCEF/DF, na L4 Norte, com qualquer condição climática.

Os participantes deverão comparecer no local da prova, 1 (uma) hora antes da largada para confirmação do atleta na cronometragem e conferência do chip.

A prova será disputada nas distâncias de 5km e 10km, sendo que para a distância de 10km, deverá ser efetuada 2(duas) voltas no percurso.

Os resultados serão divulgados em até 1 hora após o encerramento da prova de 10km, quando será efetuada a premiação.

A premiação será efetuada na APCEF/DF

CATEGORIAS

Para as distâncias de 5km e 10km, e nos naipes Feminino e Masculino, serão classificados até o terceiro lugar as seguintes categorias:

Categoria I: Masculino – Atletas nascidos até o ano de 1989

Categoria II: Masculino – Atletas nascidos entre 1988 e 1979

Categoria III: Masculino – Atletas nascidos entre 1978 a 1969

Categoria IV: Masculino – Atletas até 1968 e nos anos anteriores

PERCURSO DA PROVA



BOA PROVA!