

---

**Curso de Acesso à categoria de juiz Estagiário - Lisboa**

**Data(s): de 4/10/2021 a 09/10/2021**

**Carga horária: 18 horas**

---

**Programa Horário  
Dia 4 /10**

Horas	Tema	Formador
20:30 – 20h40	Abertura do Curso	Elisabete Simão
20h40 – 20h55	Estrutura e competências da WA, EA, FPA e Associação regionais e sua interligação	Elisabete Simão
20h55 – 21h05	História e Definição de Atletismo	Elisabete Simão
21h05 – 21h20	Regras e Procedimentos de Segurança	Elisabete Simão
21h20 – 21h35	Código de Ética do Juiz de Atletismo	Elisabete Simão
21h35 – 23h00	Funções dos Oficiais de Competição	Elisabete Simão

**Programa Horário**  
**Dia 5 /10**

Horas	Tema	Formador
20:00 – 20h30	A Instalação de Atletismo	Teodoro Marújo
20h30 – 20h45	Equipamentos, Sapatos e Dorsais	Teodoro Marújo
20h45 – 21h15	Regras Gerais dos Concursos	Teodoro Marújo
21h15 – 22h25	Saltos Verticais	Teodoro Marújo
22h25 – 23h30	Saltos Horizontais	Teodoro Marújo

**Programa Horário**  
**Dia 6 /10**

Horas	Tema	Formador
20:00 – 21h00	Lançamentos	Elisabete Simão
21h00 – 21h20	Assistência a Atletas	Elisabete Simão
21h20 – 21h50	Protestos e Recursos	Elisabete Simão
21h50 – 22h10	Blocos de Partida	Elisabete Simão
22h10 – 23h40	A Partida	Elisabete Simão
22h40 – 23h10	A Corrida	Elisabete Simão

**Programa Horário**  
**Dia 7 /10**

Horas	Tema	Formador
20:00 – 20h30	A Chegada	Elisabete Simão
20h30 – 21h00	A Cronometragem	Damião Freitas
21h00 – 21h30	Corrida de Barreiras	Elisabete Simão
21h30 – 21h50	Corridas de Obstáculos	Elisabete Simão
21h50 – 22h20	Corridas de Estafetas	Elisabete Simão
22h20 – 22h50	Provas Combinadas	Teodoro Marújo
22h50 – 23h20	Pista Coberta	Teodoro Marújo

**Programa Horário**  
**Dia 8 /10**

Horas	Tema	Formador
20:00 – 20h30	Provas de Marcha	José Júlio Dias
20h50 – 21h10	Corridas de Estrada	Hugo Pacheco
21h10 – 21h35	Corta-mato/Montanha/Trail	Teodoro Marújo
21h35 – 21h50	Recordes do Mundo	Hugo Pacheco
21h50 – 22h20	Prática do Ajuizamento em Pista	Elisabete Simão

22h20 – 23h30

Exercícios Práticos

**Hugo Pacheco**

**Programa Horário**  
Dia 9 /10

Horas	Tema	Formador
10:00 – 12h00	Avaliação	<b>Elisabete Simão</b>

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES

