



AALISBOA.com
Associação de Atletismo de Lisboa



Orçamento e Plano de Actividades para

a época 2022 / 2023

A Criar Campeões desde 1929

Plano de Actividades para 2022/2023

(linhas orientadoras)

- A AAL vai continuar a desenvolver e a aplicar um conjunto de atividades, dando continuidade ao trabalho que tem vindo a ser desenvolvido durante as últimas épocas, tendo em conta o contexto desportivo nacional e seguindo as diretrizes emanadas pela FPA;
- A AAL adaptou o seu calendário competitivo, em função do Calendário Nacional e Internacional.
- Vamos proporcionar aos clubes, treinadores, atletas, condições de trabalho, para que possam atingir os seus próprios objectivos.
- A AAL é uma entidade inclusiva, abrindo a participação a atletas com deficiência em todas as suas provas.

Linhas orientadoras:

- ✓ *Promoção e divulgação da modalidade (com um foco especial junto das escolas);*
- ✓ *Formação Técnica abrangendo todos os setores;*
- ✓ *Aumentar o número de atletas e clubes filiados (ultrapassar os 3.000 atletas);*
- ✓ *Continuar a efetuar parcerias com as restantes Autarquias, bem como procurar outros parceiros sem ligação à modalidade, na tentativa de encontrar mais apoios;*
- ✓ *Manter uma situação financeira equilibrada;*

Plano de Actividades para 2022 / 2023

(acções parte 1)

- ❑ Incentivar os clubes a celebrar protocolos com o desporto escolar (captar atletas e usar os espaços desportivos;
 - * Filiações de equipas escolares com isenção da taxa de filiação dos atletas;
- ❑ Incentivar os clubes da AAL a aumentarem e melhorarem os seus departamentos técnicos, treinadores e dirigentes através de acções de formação promovidas ao abrigo das parcerias e apoios da FPA, AAL e das autarquias;
 - * A AAL irá continuar a promover várias acções de formação (infanto-juvenil; velocidade e barreiras; meio-fundo e fundo; saltos; lançamentos) e uma formação para dirigentes desportivos, formação para juízes (acrescentando o sector de ajuizamento para atletas com deficiência)
- ❑ Manutenção e expansão dos Circuitos de Estrada, Corta Mato, Trail e Milhas
 - * Criação de um documento regulador das diferentes Áreas
 - * Estabelecer regras e directrizes a seguir pelos clubes e organizadores de eventos

Plano de actividades para 2022 / 2023 (acções parte 2)

- ☐ Continuar a desenvolver o atletismo infanto-juvenil através de várias competições (Torneio Montepio Octakids; Inter-Associações; Madrid-Lisboa; Lisboa-Madrid-Extremadura);
- ☐ Fomentar acções do Kids Athletics
 - * Ao criarmos mais eventos e melhores competições, aumentamos as potencialidades do futuro dos nossos atletas
- ☐ Manter e melhorar a organização do Meeting Cidade de Lisboa, bem como trazer mais atletas internacionais, por forma a aumentar o nível do mesmo;
- ☐ Em parceria com o Sport Lisboa e Benfica criar o Meeting Internacional Jovem;
- ☐ Dinamizar mais o site da AAL no Facebook, mantendo a parceria com o site liverun.pt (resultados e informações online);
- ☐ Continuar a dotar a AAL de mais e melhores equipamentos ;



Calendário Competitivo 2022 / 2023

CALENDÁRIO REGIONAL - AAL

2022/2023

NOVEMBRO

04-06/11/2022	Campeonato do Mundo de Trail e de Montanha	Chang Mai (THA)	Montanha
05/11/2022	30º Grande Prémio Internacional de Marcha Atlética das Galinheiras	Pista Moniz Pereira	Pista
06/11/2022	Cross Torres Vedras - 40º Corta-Mato Matos velhos	Parque Verde Várzea	Corta Mato
12/11/2022	43º Grande Prémio de Atletismo - CAG	Galinheiras	Estrada
13/11/2022	Campeonato Regional de Estrada - 5 Km	EUL - Lisboa	Estrada
13/11/2022	Campeonato Mundo de Meia Maratona	yangzhou (CHN)	Estrada
19/11/2022	38º GP Cândido de Oliveira - Milha	Olivais - Lisboa	Estrada
20/11/2022	10ª Corrida do Sporting	Lisboa	Estrada
20/11/2022	Corta-Mato Abertura AAL - Troféu José Manuel Francisco	Parque Verde Várzea	Corta Mato
26/11/2022	Corta-Mato de SP. Cadeira	Parque Verde NS Nazaré	Corta Mato
26/11/2022	Formação: Curso de "Cronometragem automática e sistemas de display de resultados"	CAR - Jamor	Formação
26/11/2022	Provas de preparação + Triatlo Técnico Jovem	CAR - Jamor 2	Pista
27/11/2022	Campeonato de Portugal de Corta-Mato longo (S18, S20, Abs e Vet + Estafeta Mista)/Corta-Mato da Amora	Amora	Corta-Mato

DEZEMBRO

01/12/2022	II Milha de Queijas	Queijas	Estrada
03/12/2022	Corta-Mato A-dos-Cunhados	Jardins Alcabrichel	Corta-Mato
03/12/2022	Ação Formação - Salto com Vara/Provas Combinadas/Marcha Atlética/Meio-Fundo	Online	Formação
04/12/2022	Campeonato Regional de Marcha Atlética	Barreiro	Estrada
04/12/2022	Concentração CFDR Lisboa - Velocidade Jovem	CAR - Jamor	Pista Coberta
08/12/2022	Corrida da Padroeira	Abóboda	Estrada
08/12/2022	Provas de Preparação	Torres Vedras	Pista
08/12/2022	Encontro Jovem - Centro de Formação Lisboa/Leiria - (Velocidade/Barreiras e Provas Combinadas)	Leiria	Pista Coberta
10/12/2022	Ação Formação - Desporto Adaptado	Teórico-prática	Formação
10/12/2022	São Silvestre da Lourinhã	Lourinhã	Estrada
10/12/2022	Grande Prémio de Natal Jovem + Marcha Atlética	EUL	Estrada
11/12/2022	Campeonato da Europa de Corta-Mato	Torino (ITA)	Corta-Mato
11/12/2022	Ação Formação - Lançamentos/Saltos/Velocidade e Barreiras	Online	Formação
11/12/2022	Provas Preparação	CAR Jamor	Pista
17/12/2022	Ação Formação - Vara/Combinadas/Marcha/Meio-Fundo/Saltos/Velocidade e Barreiras/Combinadas	Prática	Formação
17/12/2022	São Silvestre de Lisboa	Lisboa	Estrada
17-18/12/2022	Campeonatos Regionais de Provas Combinadas + Provas preparação	Lisboa	Pista
18/12/2022	Meeting Jovem de Salto em Altura + Provas de Preparação - Salesianos de Manique	Salesianos	Pista
28/12/2022	Encontro Jovem - Centro de Formação Lisboa/Leiria - (Meio-Fundo/Marcha e Saltos)	Leiria	Pista Coberta
30/12/2022	33ª São Silvestre dos Olivais	Olivais	Estrada
a definir	Campeonato da Europa de Corta-Mato - VIRTUS	a definir (ITA)	Corta-Mato

JANEIRO			
07/01/2023	Cross de Ano Novo - Pista de Cross Serra S. Juião em Carvoeira	Torres Vedras	Corta-Mato
07/01/2023	Campeonatos Nacionais de Trail Ultra: Vouga Trail	Sever do Vouga	Trail
07/01/2023	Meeting Prof. Mário Moniz Pereira	JAMOR 2	Pista Coberta
08/01/2023	OctaKids I + Provas Preparação	Lisboa	Pista
08/01/2023	Corrida CCD Cascais	Cascais	Estrada
14-15/01/2023	Campeonatos Regionais Inverno S18/S20/S23	Lisboa	Pista Coberta
15/01/2023	Cross dos Reis	Carregueira	Corta-Mato
15/01/2023	Campeonato Nacional de Marcha em Estrada - 35 Km e Veteranos - 20 Km	a designar	Estrada
22/01/2023	Campeonatos do Mediterrâneo (S23) em Pista Coberta	a confirmar	Pista Coberta
21-22/01/2023	Campeonatos Nacionais de provas Combinadas S18, S20, S23 e Absolutos em Pista Coberta	a designar	Pista Coberta
21/01/2023	I Jornada de Pista	Torres Vedras - Paúl	Pista
22/01/2023	Campeonatos da Europa de Veteranos de Maratona - EMMC	Funchal (POR)	Estrada
22/01/2023	Campeonato Regional Corta-Mato Longo	Loures	Corta-Mato
28-29/01/2023	Campeonatos Nacionais de Clubes em Pista Coberta - Apuramento	Braga e Pombal	Pista Coberta
29/01/2023	Corta-Mato do Naza	Abóboda	Corta-Mato

FEVEREIRO			
04-05/02/2023	Campeonatos Nacionais de S18 em Pista Coberta	a designar	Pista Coberta
04/02/2023	Torneio Nacional de Lançamentos Longos	a designar	Pista
04-05/02/2023	Campeonatos Regionais Inverno - Sen/Vet + CR Lançamentos Longos	Lisboa	Pista Coberta
05/02/2023	Taça dos Clubes Campeões Europeus de Corta-Mato	Castellón (ESP)	Corta-Mato
05/02/2023	Challange Corta-Mato - Amadora	Amadora	Corta-Mato
11/02/2023	Campeonato Nacional De Pentatlo- Veteranos	a designar	Pista Coberta
11-12/02/2023	Campeonatos Nacionais de Clubes em pista Coberta - Fase Final	a designar	Pista Coberta
18-19/02/2023	Campeonatos de Portugal em Pista Coberta	a designar	Pista Coberta
18/02/2023	Campeonato do Mundo de Corta-Mato	Bathurst (AUS)	Corta-Mato
18/02/2023	II Jornada de Pista+ OctaKids II	Torres Vedras - Paúl	Pista
19/02/2023	Grande Prémio de Atletismo doMonte Real	Tires	Estrada
24/02/2023	Campeonatos Nacionais de Trail Ultra Endurance - Conímbriga	Condeixa a Nova	Trail
25/02/2023	Cross Fonte Grada	Torres Vedras	Corta-Mato
25-26/02/2023	Campeonatos Nacionais de Lançamentos Longos - Absolutos e Esperanças	a designar	Pista
25-26/02/2023	Campeonatos Nacionais de S20 em Pista Coberta	a designar	Pista Coberta
26/02/2023	Cross Internacional das Amendoeiras	Açoteias	Corta-Mato

MARÇO			
02-05/03/2023	Campeonatos da Europa em Pista Coberta	Istambul (TUR)	Pista Coberta
04-05/03/2023	Torneio Ibérico de Provas Combinadas de S18 em Pista Coberta	a designar	Pista Coberta
04-05/03/2023	Campeonatos Nacionais de Esperanças em Pista Coberta	a designar	Pista Coberta
05/03/2023	Grande Prémio de Atletismo"Os Galgos"	Tires	Estrada
10/03/2023	Campeonato Nacional de Corta-Mato do Desporto Escolar	Vale de Cambra	Corta-Mato
10-12/03/2023	Campeonato do Mundo Pista Coberta VIRTUS	Istambul (TUR)	Pista Coberta
11/03/2023	Corta-Mato José Duarte	Amadora	Corta-Mato
11/03/2023	Campeonato Regional de Corta-Mato Curto	Lisboa	Corta-Mato
11-12/03/2023	Taça da Europa de Lançamentos	Leiria (POR)	Pista
11-12/03/2023	Campeonatos Nacionais Universitários em Pista Coberta	a designar	Pista Coberta
11-12/03/2023	Campeonatos Nacionais Veteranos em Pista Coberta	a designar	Pista Coberta
12/03/2023	Triatlo Técnico - Fase Regional + OctaKids III	Lisboa	Pista Coberta
12/03/2023	C. Nacionais de Marcha em Estrada 20 Km, S20 (10Km), S18 (10Km M/5Km F) e Veteranos	a designar	Estrada
15/03/2023	Campeonato do Mundo Pista Coberta SURDOS	Torun (POL)	Pista Coberta
18/03/2023	Triatlo Técnico - Final Nacional	a designar	Pista Coberta
18/03/2023	Campeonatos Nacionais de Corta-Mato Curto + Universitários	a designar	Corta-Mato
18/03/2023	III Jornada de Pista + OctaKids IV	Torres Vedras - Paúl	Pista
20/03/2023	INÍCIO ZONA VERDE		
25/03/2023	Campeonatos de Portugale Troféu Ibérico 10000m	Burjassot-Valência (TBC)	Pista
25/03/2023	Corta-Mato Cadriceira	Cadriceira	Corta-Mato
25-31/03/2023	Campeonatos do Mundo de Veteranos em Pista Coberta	Torún (POL)	Pista Coberta
25/03/2023	Milha de S. Marcos	S. Marcos	Estrada
26/03/2023	Corta-Mato Bicesse	Bicesse	Corta-Mato
26/03/2023	10º Corta-Mato CA Vale de Figueira	Lisboa	Corta-Mato

ABRIL			
01/04/2023	Campeonatos Nacionais de Trail: Trail Santa Luzia	Viana do Castelo	Trail
02/04/2023	Taçade Portugal de Corrida em Montanha - Jornada 1	a designar	Montanha
08/04/2023	Campeonatos de Portugal 10000m e Troféu Ibérico de (TBC)	a desigar	Pista
09/04/2023	Km Jovem - Fase Regional	Lisboa	Pista
14/04/2023	FIM ZONA VERDE		
15-16/04/2023	IV Jornada de Pista + Atleta Completo S14/S16/S18 - Fase Regional	Torres Vedras - Paúl	Pista
15/04/2023	Km Jovem - Fase Nacional	a desigar	Pista
16/04/2023	Corrida da Juventude	S. Domingos de Rana	Estrada
21-22/04/2023	Mega Sprinter - Fase Nacional	Beja	Pista
22/04/2023	Torneio Jovem de Lançamentos Longos (S18 e S20) + Provas Preparação	Lisboa	Pista
22/04/2023	Sobral a Correr	Sobral Monte Agraço	Estrada
22/04/2023	Taça de Portugal de Marcha Atlética	a desigar	Estrada
23/04/2023	Taça do Mundo de Maratona WPA (a confirmar)	a desigar	Estrada
23/04/2023	Taça de Portugal de Corridade Montanha - Jornada 2	a designar	Montanha
25/04/2023	Meeting da Liberdade + OctaKids V	Inatel	Pista
25/04/2023	Pentatlo de Lançamentos - Veteranos		
29/04/2023	Campeonatos Nacionais de Lançamentos longos - S18 e S20	a desigar	Pista
29/04/2023	Campeonato Regional Estrada	a designar	Estrada
29/04/2023	Atleta Completo - Fase Nacional	a designar	Pista
a definir	Milha da Liberdade		Estrada

MAIO			
01/05/2023	Corrida 1º Maio	Torres Vedras	Estrada
01/05/2023	Meeting do Trabalhador + 1ª Jornada CR Infantis e Benjamins	Inatel	Pista
06-07/05/2023	Campeonatos Nacionais Universitários	a designar	Pista
06/05/2023	Grande Prémio de Rio Maior em Marcha Atlética	Rio Maior	Estrada
06-07/05/2023	Campeonatos Regionais de Provas Combinadas - S18, S20, Vet e Sen + 2ª Jornada CR Infantis e Benjamins	a designar	Pista
07/05/2023	Corta-Mato da Atibá - Luís Candeias	Atibá	Corta-Mato
07/05/2023	Campeonato Regional Milha - Milha Urbana Falagueira Jovem	Amadora	Estrada
07/05/2023	Campeonato Nacional de Corrida de Montanha	a designar	Montanha
07/05/2023	Campeonato da Europa Meia Maratona VIRTUS	Tondela (POR)	Estrada
13/05/2023	V Jornada de Pista - Meeting António Fortunato	Torres Vedras - Paúl	Pista
13-14/05/2023	Campeonatos do Mundo de Estafetas	Guangzhou (CHN)	Pista
13/05/2023	Proposta CM (Meeting Vitor Tavares)	a designar	Pista
14/05/2023	Milha S. Domingos de Rana	S. Domingos de Rana	Estrada
14/05/2023	Milha Urbana de Sdrana	Abóboda	Estrada
20-21/05/2023	Campeonatos Nacionais de provas Combinadas - S18, S20, S23 e Absolutos	a designar	Pista
20/05/2023	Milha José Caldas	Ponte de Rol	Estrada
20/05/2023	Encontro Ibérico - Estafetas (a confirmar)	a designar	Pista
20-21/05/2023	Olímpico Jovem - Fase Regional + OctaKids VI	Lisboa	Pista
20/05/2023	III Meeting Eduardo Cunha	Lisboa	Pista
20/05/2023	Milha da Ponte do Rol	Ponte do Rol	Estrada
21/05/2023	III Meeting Inclusão	Lisboa	Pista
21/05/2023	Campeonatos da Europa de Equipas em Marcha Atlética	Podebrady (CZE)	Estrada
23/05/2023	Jogos das Ilhas 2023	Córsega (FRA)	Pista
27/05/2023	Campeonatos Nacionais de Clubes - Fase de apuramento/Taça de Portugal	a designar	Pista
28/05/2023	Grande Prémio de Atletismo do Clube de Atletismo do Arneiro "Alcino Moreira"	Arneiro	Estrada
a definir	Milha Forte de S. Bruno		Estrada

JUNHO

03/06/2023	GP Corrida Festa Anual	Freixoira	Estrada
03/06/2023	Taça da Europa de 10000m	Pacé (FRA)	Pista
03-04/06/2023	Olímpico Jovem - Final Nacional	a designar	Pista
03-04/06/2023	Campeonatos Regionais de S20/S23 + OctaKids VII	Lisboa	Pista
03/06/2023	Campeonato Nacional de Pentatlo - Ar Livre - Veteranos	a designar	Pista
04-10/06/2023	Global Games (Campeonato do Mundo VIRTUS)	Vichy (FRA)	Pista
06/06/2023	Encontro Ibérico- Estafetas (Sub18, Sub 20, Sub 23 e Absolutos)	Huelva (ESP)	Pista
06-10/06/2023	Campeonato do Mundo de Corrida de Montanha e de Trai Running	Innsbruck (AUS)	Trail
10/06/2023	Meeting Cidade de Lisboa	EUL	Pista
10-11/06/2023	Campeonatos Regionais de S18	Lisboa	Pista
14/06/2023	VI Jornada de Pista - "Torneio Stº António"	Torres Vedras - Paúl	Pista
17/06/2023	GP Correr Cadaval	Cadaval	Estrada
17-18/06/2023	Campeonatos Nacionais de S18	a designar	Pista
18/06/2023	Légua de Janes	Janes	Estrada
21/06/2023	VII Jornada de Pista - "Torneio S. João"	Torres Vedras - Paúl	Pista
23-25/06/2023	Campeonatos da Europa de Equipas - I Divisão	Chorzów (POL)	Pista
24/06/2023	Meeting de Mannheim - Bauhaus Junior Gala	Mannheim (GER)	Pista
25/06/2023	Taça de Portugal de Corrida de Montanha - Jornada 3	a designar	Montanha
25/06/2023	Campeonato da Europa IAADS (Síndrome Down)	Fabriano (ITA)	Pista
26/06/2023	Encontro internacional de Lançamentos (Sub 20 e Sub 23)	a designr	Pista
25/06/2023	OctaKids VIII + Provas Preparação	Lisboa	Pista
28/06/2023	VIII Jornada de Pista - "Torneio S. Pedro"	Torres Vedras - Paúl	Pista

JULHO

01-02/07/2023	Campeonatos Nacionais de Esperanças	a designar	Pista
01-01/07/2023	Campeonatos Nacionais - Veteranos	a designar	Pista
06/07/2023	Campeonatos da Europa de Off-Road (Montanha e Trail)	Adeldoden	Trail
08-17/07/2023	Campeonatos do Mundo WPA	Paris (FRA)	Pista
08-09/07/2023	Campeonatos Regionais de Seniores	Lisboa	Pista
08/07/2023	4º Meeting de Braga	Braga	Pista
09/07/2023	Taça de Portugal de Corrida de Montanha - Jornada 4	a designar	Montanha
13-16/07/2023	Campeonatos da Europa de S23	Espoo (FIN)	Pista
15/07/2023	Proposta CM	a designar	Pista
15-15/07/2023	Campeonatos Nacionais de Sub 20	a designar	Pista
15/07/2023	Meeting do CLUVE	Coimbra	Pista
15/07/2023	Proposta CM		
19/07/2023	Torneio Ibérico Sub 18		
22-23/07/2023	Campeonatos Nacionais de Clubes - 1ª e 2ª Divisões	a designar	Pista
22-23/07/2023	Campeonatos Nacionais de Clubes - 3ª Divisão	a designar	Pista
23/07/2023	Encontro Jovem S18 e S20 - Madrid/Lisboa (AAL)	Madrid	Pista
23-29/07/2023	Festival Olímpico da Juventude Europeia FOJE	Maribor (SLO)	Pista
29-30/07/2023	Campeonatos de Portugal	a designar	Pista

AGOSTO

07/08/2023	Campeonatos da Europa de Sub 20	Jerusalem (ISR)	Pista
19-27/08/2023	Campeonatos do Mundo	Budapeste (HUG)	Pista

SETEMBRO

30/09/2023	Campeonatos do Mundo de Estrada	Riga (LAT)	Estrada
------------	---------------------------------	------------	---------

Orçamento - Receitas

A) Contrato Programa - FPA				115 000,00 €
B)Subsídios (Autarquias)				20 000,00 €
C) OUTROS RENDIMENTOS, dos quais				36 000,00 €
C.1) Subsídios				10 000,00 €
C.2) Patrocinios				5 000,00 €
C.3) Homologação provas				12 500,00 €
C.4) Filiação clubes				3 000,00 €
C.5) Transferência de atletas				500,00 €
C.6) Alugueres				5 000,00 €
TOTAL DOS RENDIMENTOS				171 000,00 €

Orçamento - Gastos

<i>Despesas com Pessoal</i>			37 500,00 €
<i>Juizes e Secretariado</i>			44 000,00 €
<i>Seguros</i>			12 500,00 €
<i>Deslocações</i>			3 500,00 €
<i>Torneio INFANTO - JUVENIL - IBERICO</i>			8 000,00 €
<i>Competições Internacionais e outros Meetings</i>			20 000,00 €
<i>Apoio Médico</i>			4 500,00 €
<i>Estágios e concentrações de Sector</i>			2 000,00 €
<i>Formação</i>			4 000,00 €
<i>Encontro de Juizes e equipamentos AAL</i>			3 000,00 €
<i>Equipamentos, técnico</i>			18 000,00 €
<i>Equipamentos, vestuário</i>			5 000,00 €
<i>Promoção e divulgação</i>			2 000,00 €
<i>Sede AAL Rua Rodrigo da Fonseca</i>			4 000,00 €
<i>Consumiveis</i>			2 000,00 €
<i>Site</i>			1 000,00 €
TOTAL DOS GASTOS			171 000,00 €