



AALISBOA.com
Associação de Atletismo de Lisboa



Orçamento e Plano de Actividades para

a época 2023 / 2024

A Criar Campeões desde 1929

Plano de Actividades para 2023/2024

(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 - Kids Athletics);*
- ✓ *Formação Técnica abrangendo todos os setores;*
- ✓ *Aumentar o número de atletas e clubes e atletas filiados (ultrapassar os 80 clubes filiados e 3500 atletas filiados);*
- ✓ *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 2023 / 2024 (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)

Continuidade e melhoria 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 2023 / 2024 (acções parte 2)

- ☐ Continuar a desenvolver o atletismo infanto-juvenil através de várias competições (atividades Kids Athletics ; provas jovens ; 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 os nossos clubes filiados, organizar um conjunto de Meetings dos clubes (ex: Torneio JOMA, Torneio de Salto em Altura Salesianos, Meeting Mário Moniz Pereira PC - SCP, Meeting Internacional Jovem SLB)
- ☐ 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 2023 / 2024

CALENDÁRIO REGIONAL - AAL

2023/2024

SETEMBRO

09/09/2023	10ª Corrida Auchan	Jamor	Estrada
10/09/2023	Milha 50 anos JOMA	Lisboa	Estrada
17/09/2023	Montepio Sintra Trail - Campeonato Regional de Trail - Circuito AAL	Sintra	Trail
30/09/2023	Corrida do Professor	Lisboa-Belém	Estrada

OUTUBRO

07/10/2023	Cross de Runa - Troféu António Fortunato	Parque Verde Runa	Corta-Mato
08/10/2023	Trail Running Dona Maria - Circuito AAL	Almargem do Bispo	Trail
08/10/2023	Campeonato Regional de Estrada de Meia Maratona e Maratona - Ponte Vasco da Gama	Cascais/Lisboa	Estrada
15/10/2023	10ª Corrida do Sporting	Lisboa	Estrada
21/10/2023	19ª Léguas de Marcha Atlética - GDSD	Loures	Estrada
21/10/2023	Cross dos Moinhos	Silveira	Corta-Mato
29/10/2023	Trail Running Desafio dos Cumes - Circuito AAL	Maфра	Trail
a designar	FORMAÇÃO - Jornadas Técnicas AAL (Creditadas)	a designar	FORMAÇÃO

NOVEMBRO

01/11/2023	Corta-Mato Abertura AAL - Troféu José Manuel Francisco	Parque Verde da Várzea	Corta-Mato
04/11/2023	30º Grande Prémio Internacional de Marcha Atlética das Galinheiras	Pista Moniz Pereira	Pista
11/11/2023	44º Grande Prémio de Atletismo - CAG	Galinheiras	Estrada
12/11/2023	Trail Demónios do Lizandro - Circuito AAL	Sintra	Trail
12/11/2023	Corta-Mato de Torres Vedras - 41ª Corta-Mato Matos Velhos	Parque Verde da Várzea	Corta-Mato
18/11/2023	Milha Cândido Oliveira - IFC	Lisboa	Estrada
19/11/2023	Oeiras Trail 2023- Circuito AAL	Oeiras	Trail
25/11/2023	Corta-Mato SP Cadeira	Parque Verde NS Nazaré	Corta-Mato
26/11/2023	1º Interassociações de Corta-Mato Sub 16	Amora	Corta-Mato
26/11/2023	100º Campeonatos de Portugal de Corta-Mato Longo (S18, S20, Abs, Estafeta Mista e Vet)	Amora	Corta-Mato
a designar	FORMAÇÃO - Jornadas Técnicas AAL (Creditadas)	a designar	FORMAÇÃO

DEZEMBRO

01/12/2023	Centro de Formação Jovem - Zona Centro - AAL/ADAL (velocidade/Barreiras/saltos)	Concentrações Jovens	
01/12/2023	Milha 1º Dezembro Queijas	Queijas/Oeiras	Estrada
01/12/2023	Jogos Mundiais IWAS	Nakhon Ratchasima (THA)	Pista
02/12/2023	Corta-Mato A-dos-Cunhados	Jardins Alcabrichel	Corta-Mato
03/12/2023	Campeonato da Europa de Meia Maratona VIRTUS	Lisboa (POR)	Estrada
08/12/2023	Centro de Formação Jovem - Zona Centro - AAL/ADAL (Marcha/1/2 fundo e lançamentos)	Concentrações Jovens	
08/12/2023	São Silvestre Vitor Baptista	Lourinhã	Estrada
08/12/2023	Torneio de Salto em Altura em Sala (Salesianos)	Vários	Pista Coberta
09/12/2023	Jornada de Preparação do Campeonato Municipal de Torres Vedras	Torres Vedras	Pista
09/11/2023	GP Natal Marcha e CR Marcha	Lisboa	Estrada
10/12/2023	Campeonato da Europa de Corta-Mato	Bruxelas (BEL)	Corta-Mato
10/12/2023	Grande Prémio de Natal	Lisboa	Estrada
16/12/2023	Provas Preparação	Jamor	Pista + PC
16e17/12/2023	Campeonatos Regionais de Provas Combinadas em PC (S18, S20, S23 e Absolutos)	Lisboa	PC + Pista
a designar	FORMAÇÃO - Jornadas Técnicas AAL (Creditadas)	a designar	FORMAÇÃO

JANEIRO			
06/01/2024	Cross de Ano Novo	S. Julião - Carvoeira	Corta-Mato
06/01/2024	Meeting Prof. Mário Moniz Pereira	CAR-JAMOR	Pista Coberta
07/01/2024	Camp Nac Marcha em estrada - Sen (35Km), Sub18 (Masc. 10Km e Fem 5Km) e Vet (20 Km)		
13/01/2024	Cross dos Reis	Carregueira	Corta-Mato
14/01/2024	Campeonatos Regionais S20/S23/Absolutos	Jamor	Lisboa
14/01/2024	Campeonatos Nacionais de Estrada	a designar	Estrada
20e21/01/2024	Campeonatos Nacionais de Provas Combinadas em PC (S18, S20, S23 e Absolutos)	a designar	Pista Coberta
20e21/01/2024	Campeonatos Regionais de Inverno (Vet)	Lisboa	Pista
20/01/2024	CR Lançamentos Longos (Sen/Vet) + I Jornada de Pista e Meeting Jovem CF "Os Paulenses" (Manhã)	Torres Vedras	Pista
20/01/2024	Meeting Cidade de Pombal	Pombal	Pista Coberta
27e28/01/2024	Campeonatos Regionais de Inverno (S16/S18) + CR Lançamentos Longos S16/S18/S20/S23/Sen	Lisboa	PC + Pista
27e28/01/2024	Campeonatos Nacionais de Clubes em Pista Coberta - Fase Apuramento	Braga e Pombal	Pista Coberta
a designar	Corta Mato NAZA	S. Domingos Rana	Corta-Mato
a designar	FORMAÇÃO - Curso de treinadores de Grau I - AAL/FPA (Novo Evento)	a designar	Formação

FEVEREIRO			
03e04/02/2024	8º Campeonatos Nacionais de Sub 18 em Pista Coberta	a designar	Pista Coberta
03e04/02/2024	Campeonatos Nacionais Universitários em Pista Coberta	a designar	Pista Coberta
03/02/2024	Campeonato Regional de Corta-Mato Longo	Loures	Corta-Mato
04e05/02/2024	Campeonatos Regionais de Sub14	Jamor	PC + Pista
04/02/2024	Meeting Prof. Mário Moniz Pereira (SCP)	Pombal	Pista Coberta
04/02/2024	Campeonato Nacional de Marcha em Estrada - 20 Km, Sub20 (10Km) e Veteranos (10Km)	a designar	Estrada
10/02/2024	Cross Fonte Grada	Fonte Grada	Corta-Mato
10e11/02/2024	31º Campeonatos Nacionais Clubes em Pista Coberta - Fase Final	a designar	Pista Coberta
11/02/2024	Provas de Preparação	a designar	Pista Coberta
17e18/02/2024	Campeonato Nacional de Trail Ultra	a designar	Trail
17e18/02/2024	38º Campeonatos de Portugal em Pista Coberta	a designar	Pista Coberta
17e18/02/2024	FISU Campeonatos do Mundo Universitários de Corta-Mato	Muscat (OMA)	Corta-Mato
18/02/2024	Provas de Preparação (S16/S18/S20)	Jamor	Pista Coberta
21/02/2024	Provas de Preparação	Jamor	Pista Coberta
24/02/2024	II Jornada de Pista e Meeting Jovem CAOeste (manhã) - OctaKids I	Torres Vedras	Pista
24e25/02/2024	22º Campeonatos Nacionais de Sub20 em Pista Coberta	a designar	Pista Coberta
24e25/02/2024	35º Campeonatos Nacionais de Lançamentos Longos - Sub18,Sub20,Sub23 e Absolutos	a designar	Pista
25/02/2024	Taça dos Clubes Campeões Europeus de Corta-Mato	Albufeira (POR)	Corta-Mato
a designar	Grande Prémio Desportivo Monte Real	Cascais	Estrada
a designar	Grande Prémio "Os Galgos"	Cascais	Estrada

MARÇO			
01a03/03/2024	Campeonatos do Mundo em Pista Coberta	Glasgow (GBR)	Pista Coberta
02e03/03/2024	Campeonatos Nacionais de Sub23 em Pista Coberta	a designar	Pista Coberta
02/03/2024	Campeonato Regional de 5000m e 10000m	Jamor	Pista
03/03/2024	Triatlo Técnico - Fase Regional	Lisboa	Pista Coberta
08/03/2024	Campeonato Nacional de Corta-Mato de Desporto Escolar (Data a confirmar!)	Setúbal	Corta-Mato
09/03/2024	Taça da Europa de Lançamentos	Leiria	Pista
09/03/2024	Torneio Ibérico de Provas Combinadas em Pista Coberta (S18 e S20 - A confirmar)	ESP	Pista Coberta
09/03/2024	Corta-Mato Regional Corta-Mato Curto	a designar	Corta-Mato
10/03/2024	III Jornada de Pista - Meeting Jovem do SCUT - OctaKids II	Torres Vedras - Paúl	Pista
10/03/2024	Taça de Portugal de Marcha Atlética	a designar	Pista
16/03/2024	Campeonatos Nacionais de Corta-Mato Curto e Universitários	a designar	Corta-Mato
16/03/2024	22º Triatlo Técnico - Fase Nacional	a designar	Pista Coberta
19/03/2024	Campeonato do Mundo IAADS	Antalya (TUR)	Pista
23/03/2024	Corta-Mato Cadriceira	Cadriceira	Corta-Mato
30/03/2024	Campeonato do Mundo de Corta-Mato	Belgrado (SRB)	Corta-Mato
a designar	Corta-Mato Bicesse	Bicesse	Corta-Mato
a designar	11º Corta-Mato CA Vale de Figueira	Lisboa	Corta-Mato
a designar	Corta-Mato José Duarte	Amadora	Corta-Mato

ABRIL			
06/04/2024	Corrida "Barrocas Foz Azul"	Barrocas	Estrada
06/04/2024	Campeonatos de Portugal de 10000m e Troféu Ibérico (Data a confirmar)	a designar	Pista
06/04/2024	Taça de Portugal de Corrida de Montanha (Jornada 1)	a designar	Montanha
06e07/04/2024	Campeonato Nacional de Trail	a designar	Trail
06/04/2024	Quilometro Jovem - Fase distrital (a confirmar) - OctaKids III	a designar	Pista
07/04/2024	Meeting António Fortunato - IV Jornada de Pista	Torres Vedras	Pista
07/04/2024	40ª Corrida dos Sinos	Mafra	Estrada
13e14/04/2024	Atleta Completo - Fase Regional (S14/S16/S18)	Lisboa	Pista
19/04/2024	XVIII Mega Sprinter Nacional (data a confirmar)	Beja	Pista
20e21/04/2024	Campeonatos do Mundo de Nações de Marcha Atlética	Antalya (TUR)	Estrada
20/04/2024	Encontro Ibérico de Estafetas	Madrid (ESP)	Pista
20e21/04/2024	Campeonatos Regionais de Infantis e Benjamins - OctaKids IV	Lisboa	Pista
21/04/2024	Campeonato Nacional de Corrida de Montanha	a designar	Montanha
25/04/2024	Meeting da Liberdade	INATEL	Pista
27/04/2024	Sobral a Correr	Sobral Monte Agraço	Estrada
27e28/04/2024	31º Atleta Completo - Fase Nacional	a designar	Pista
a designar	Corrida da Juventude	S. Domingos de Rana	Estrada
a designar	Milha de S. Marcos	S. Marcos	Estrada
a designar	Duatlo Técnico Jovem - Troféu Sintra a Correr	Real Massamá	Pista
a designar	Campeonato Regional de Estrada 10Km	Lisboa	Estrada
a designar	Milha José Caldas	Ponte de Rol	Estrada

MAIO			
01/05/2024	Corrida 1º Maio	Torres Vedras	Estrada
01/05/2024	Meeting Trabalhador	INATEL	Pista
04e05/05/2024	Olímpico Jovem - Fase apuramento Regional - OctaKids V	Lisboa	Pista
04/05/2024	Milha Urbana "Falagueira Jovem" 2024 / Campeonato de Lisboa Milha	Lisboa	Estrada
04e05/05/2024	Campeonatos do Mundo de Estafetas	Nassau (BAH)	Pista
05/05/2024	Taça de Portugal de Corrida de Montanha (Jornada 2)	a designar	Montanha
09a12/05/2024	Campeonatos da Europa de Masters de Trail e Corrida de Montanha	Machico (MAD-POR)	Montanha
10a12/05/2024	Campeonatos Iberoamericanos	Brasil	Pista
11e12/05/2024	Campeonatos Regionais de Sub18, Sub20, Sub23 e Absolutos de Provas Combinadas	Lisboa	Pista
11/05/2024	Taça da Europa de 10000m	Pacé (FRA)	Pista
11/05/2024	31º Grande Prémio Internacional de Rio Maior em Marcha Atlética	Rio Maior (POR)	Estrada
11/05/2024	Milha José Caldas	Ponte de Rol	Estrada
15a19/05/2024	Campeonatos da Europa de Veteranos Non Stadia	Porto Santo (MAD-POR)	Montanha
17a25/05/2024	Campeonato do Mundo WPA	kobe (JPN)	Pista
18/05/2024	Meeting Cidade de Lisboa - Memorial Moniz Pereira	Lisboa	Pista
18e19/05/2024	41º Olímpico Jovem - Final Nacional	Lagoa	Pista
19/05/2024	V Jornada de Pista - Meeting Jovem de Penafirme- OctaKids VI	Torres Vedras	Pista
21a26/05/2024	Jogos das Ilhas	a designar	Pista
23a26/05/2024	Campeonatos Nacionais de Sub18 de Desporto Escolar (data a confirmar)	Lagoa e Portimão	Pista
25/05/2024	IV Meeting Eduardo Cunha + Campeonatos Regionais Sub16 (1ª Jornada)	Lisboa	Pista
25/05/2024	Meeting Gold Gala - Fernanda Ribeiro	Maia	Pista
26/05/2024	Meeting da Inclusão + Campeonatos Regionais Sub16 (2ª Jornada)	Lisboa	Pista
25e26/05/2024	Campeonatos Nacionais Universitários	Beja	Pista
25e26/05/2024	Campeonatos Nacionais de Sub18, Sub20, Sub23 e Absolutos de Provas Combinadas	a designar	Pista
31/05 a 02/06	Campeonatos da Europa Off-Road (Montanha e Trail)	Annecy (FRA)	Montanha
a designar	Campeonato Regional Estrada 5Km	a designar	Estrada
a designar	Campeonato Regional Milha - Milha Urbana Falagueira Jovem	Amadora	Estrada
a designar	Corta-Mato da Atibá - Luís Candeias	Atibá	Corta-Mato
a designar	Milha Urbana de São Domingos de Rana	Abóboda	Estrada
a designar	Grande Prémio de Atletismo do Clube de Atletismo do Arneiro "Alcino Moreira"	Arneiro	Estrada
a designar	Milha Forte de S. Bruno	Oeiras	Estrada

JUNHO

01/06/2024	Encontro Internacional Jovem - Madrid/Lisboa - OctaKids VII	Lisboa	Pista
01/06/2024	GP Corrida Festa Anual	Freixoeria	Estrada
01e02/06/2024	Campeonatos Nacionais de Clubes (Ar Livre) - Fase Apuramento	a designar	Pista
07a12/06/2024	Campeonatos da Europa		Pista
07a09/06/2024	Campeonato Nacional de Trail Ultra Endurance e Ultra Endurance XL - Oh Meu Deus	Seia	Trail
08e09/06/2024	Campeonatos Regionais de S20/S23	Lisboa	Pista
11a16/06/2024	Campeonato da Europa VIRTUS	Uppsala (SUE)	Pista
12/06/2024	VI Jornada de Pista - "Torneio Stº António"	Torress Vedras	Pista
15e16/06/2024	Campeonato Nacional de Sub16	a designar	Pista
15e16/06/2024	Campeonatos Regionais de Seniores - OctaKids VIII	Lisboa	Pista
15/06/2024	GP Corre Cadaval	Cadaval	Estrada
16/06/2024	Taça de Portugal de Corrida de Montanha (Jornada 3)	a designar	Montanha
19/06/2024	VII Jornada de Pista - "Torneio S. João"	Torress Vedras	Pista
22/06/2024	Meeting Preparação JO	a designar	Pista
22e23/06/2024	Campeonatos Regionais de Sub18	Lisboa	Pista
26/06/2024	VIII Jornada de Pista - "Torneio S. Pedro"	Torress Vedras	Pista
29e30/06/2024	109º Campeonatos de Portugal	a designar	Pista
a designar	Légua de Janes	Janes	Estrada
a designar	Meeting SLB Jovem	Lisboa	Pista

JULHO

06/07/2024	Meeting Preparação JO	a designar	Pista
06e07/06/2024	Campeonatos Regionais de Veteranos + Provas Extra	Lisboa	Pista
06e07/07/2024	75º Campeonatos Nacionais de Sub18 (Ar Livre)	a designar	Pista
07/07/2024	Taça de Portugal de Corrida de Montanha - Final	a designar	Montanha
12a21/07/2024	Campeonato do Mundo de Juniores - Surdos	Taipei (TPE)	Pista
12a21/07/2024	Campeonato do Mundo SURDOS	Taipei (TPE)	Pista
17/07/2024	Provas de Preparação	Lisboa	Pista
13e14/07/2024	88º Campeonatos Nacionais de Clubes - 1ª e 2ª Divisões	a designar	Pista
13e14/07/2024	88º Campeonatos Nacionais de Clubes - 3ª Divisão	a designar	Pista
18a21/07/2024	Campeonatos da Europa de Sub18	Banská Bystrica (SVK)	Pista
20e21/07/2024	40º Campeonatos Nacionais de Sub23	a designar	Pista
24/07/2024	Provas Preparação	Lisboa	Pista
27/07/2024	Meeting Preparação JO	a designar	Pista
27e28/07/2024	Campeonatos Nacionais de Sub20	a designar	Pista
31/07/2024	Meeting Preparação JO	a designar	Pista

AGOSTO

01a08/08/2024	Jogos Olímpicos	Paris	Pista
04/08/2024	Provas preparação - Torneio de Encerramento	Lisboa	Pista
18a26/08/2024	Campeonato Mundo S20	Lima (PER)	Pista

Orçamento - Receitas

RENDIMENTOS				
A) Contrato Programa - FPA - IPDJ				120 000,00 €
B)Subsídios (Autarquias)				20 000,00 €
C) OUTROS RENDIMENTOS, dos quais				20 250,00 €
C.1) Subsídios				5 000,00 €
C.2) Patrocinios				5 000,00 €
C.3) Homologação provas				8 000,00 €
C.4) Filiação clubes				1 500,00 €
C.5) Transferência de atletas				750,00 €
TOTAL DOS RENDIMENTOS				160 250,00 €

Orçamento - Gastos

GASTOS			
<i>Despesas com Pessoal</i>			37 500,00 €
<i>Juizes e Secretariado</i>			40 000,00 €
<i>Seguros</i>			11 000,00 €
<i>Encontro Lisboa- Madrid</i>			7 500,00 €
<i>Competições Internacionais e outros Meetings</i>			25 000,00 €
<i>Apoio Médico</i>			4 500,00 €
<i>Estágios e concentrações de Sector</i>			3 000,00 €
<i>Formação</i>			2 500,00 €
<i>Encontro de Juizes e equipamentos AAL</i>			3 000,00 €
<i>Aquisição Equipamentos tecnicos e transporte</i>			11 250,00 €
<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>Comunicações</i>			2 000,00 €
<i>Site</i>			2 000,00 €
TOTAL DOS GASTOS			160 250,00 €