



# ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO

Campeonato Distrital de Juvenis

Campeonato Distrital de Infantis

Tetratlo Distrital

Pista de Atletismo do Estádio Municipal de Vagos

26/27 de Maio de 2018



## 26/Sábado

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
14H30	110 M/Bar. (0,91)	Juv.	Masc.	Serie	<b>Tetratlo</b> - 10 Bar. a 13,72-9,14-14,02
	Comprimento	Juv.	Fem.	Final	<b>Tetratlo</b>
	Comprimento	Inic.	Fem.	Final	<b>Tetratlo 2</b>
	Lançam. Martelo (5Kg.)	Inic. a Juv.	Masc	Final	
	Lançam. Martelo (2 Kg.)	Benj.B/Inf.	Fem.	Final	
14H40	100 M/Bar. (0,76)	Inic.	Masc.	Serie	<b>Tetratlo 1</b> - 10 Bar. a 13,00-08,50-10,50
14H50	110 M/Bar. (0,91)	Inic. a Juv.	Masc.	Elim.	10 Bar. a 13,72-9,14-14,02
15H00	100 M/Bar. (0,76)	Inic. a Juv	Fem.	Elim.	10 Bar. a 13,00-08,50-10,50
15H15	60 M/Bar (0,76)	Benj.B/Inf.	Masc.	Serie	6 Bar.-12,00-7,50-10,50
15H25	60 M/Bar (0,76)	Benj.B/Inf.	Fem.	Serie	6 Bar.-12,00-7,00-13,00
	Lanç. de Peso (3 Kg.)	Inic.	Fem..	Final	<b>Tetratlo 1</b>
	Salto com Vara	Benj.B/Inf.	Masc.	Final	Progressão da fasquia de acordo com os técnicos dos atletas presentes
	Salto com Vara	Inic. a Juv.	Masc	Final	2,00-2,10-2,20-2,30-2,40-2,50-2,60-2,70-...
15H35	60 Metros	Inf.	Masc.	Séris	<b>Tetratlo</b>
15H45	60 Metros	Inf.	Fem.	Séris	<b>Tetratlo</b>
16H00	100 Metros	Inic. a Juv	Masc	Elim.	
16H10	100 Metros	Inic. a Juv	Fem.	Elim.	
16H20	150 Metros	Benj.B/Inf.	Fem.	Serie	
16H30	150 Metros	Benj.B/Inf.	Masc.	Serie	
	Salto em Comprimento	Inic. a Juv.	Masc.	Final	
	Salto em Comprimento	Juv.	Masc.	Final	<b>Tetratlo</b>
	Salto em Comprimento	Benj.B/Inf.	Masc.	Final	
	Salto em Comprimento	Inf.	Masc.	Final	<b>Tetratlo</b>
	Salto em Comprimento	Inf.	Fem.	Final	<b>Tetratlo</b>
	Dardo (500Gr.)	Inic. a Juv.	Fem.	Final	
	Dardo (400 grs.)	Benj.B/Inf.	Fem.	Final	
16H45	300 Metros	Inic. a Juv.	Fem.	Serie	
17H00	300 Metros	Inic. a Juv.	Masc	Serie	
17H15	110 M/Bar.	Inic. a Juv.	Masc	Final	
17H25	100 M/Bar.	Inic. a Juv.	Fem.	Final	
	Altura	Benj.B/Inf	Fem.	Final	Início da fasquia a 0,80-0,85-0,90-0,95-1,00-1,03-1,06-1,09-1,12...
	Altura	Inic. a Juv.	Fem.	Final	Progressão fasquia: 1,24-1,29-1,34-1,391,42-1,45-1,48-1,51-...
	Altura	Inic.	Masc.	Serie	<b>Tetratlo 1</b>

	Disco (1,5 Kg.)	Inic. a Juv.	Masc	Final	
	Disco (0,750 Kg.)	Benj.B/Inf	Fem.	Final	
17H35	100 M/Bar.	Juv.	Fem.	Serie	<b>Tetratlo – 10 Bar./13,00/8,50/10,50</b>
17H45	80 M/Bar. (0,76)	Inic.	Fem	Serie	<b>Tetratlo 1 – 8 Bar./12,00/8,00/12,00</b>
17H55	100 Metros	Inic. a Juv.	Masc	Final	
18H05	100 Metros	Inic. a Juv.	Fem.	Final	
	Triplo Salto	Inic. a Juv.	Fem.	Final	Tábua a 7 metros
	Lançam. Peso (3Kg.)	Inic. a Juv.	Fem.	Final	
	Lançam. Peso (4Kg.)	Inic.	Masc.	Final	<b>Tetratlo 1</b>
	Lançam. Peso (4Kg.)	Inic.	Masc.	Final	<b>Tetratlo 2</b>
	Lançam. Peso (3Kg.)	Inic.	Fem.	Final	<b>Tetratlo 2</b>
	Lançam. Peso (3Kg.)	Inf.	Masc.	Final	<b>Tetratlo</b>
	Lançam. Peso (2 Kg.)	Inf.	Fem.	Final	<b>Tetratlo</b>
	Lançam. Peso (3Kg.)	Benj.B/Inf.	Masc.	Final	
	Lançam. Peso (3Kg.)	Juv..	Fem.	Final	<b>Tetratlo</b>
	Lançam. Peso (5Kg.)	Juv..	Masc.	Final	<b>Tetratlo</b>
18H15	80 Metros	Inic.	Masc.	Serie	<b>Tetratlo 2</b>
18H25	80 Metros	Inic.	Fem.	Serie	<b>Tetratlo 2</b>
18H35	2.000 M/Obst.	Inic. a Juv	Fem.	Serie	
18H45	600 Metros	Benj.B/Inf.	Fem.	Serie	
18H55	600 Metros	Benj.B/Inf.	Masc.	Serie	
	S. Altura	Inic.	Fem.	Final	<b>Tetratlo 1</b>
	Salto em Comprimento	Inic.	Masc.	Final	<b>Tetratlo 2</b>
19H05	1.500 Metros	Inic. a Juv.	Fem.	Serie	
19H15	1.500 Metros	Inic. a Juv.	Masc.	Serie	
19H25	3.000 Metros	Juv.	Masc	Final	
19H40	5.000 M/Mx.	Inic. a Juv.	Masc	Final	<b>Pista 1 a 4</b>
	5.000 M/Mx.	Inic. a Juv.	Fem.	Final	<b>Pista 1 a 4</b>
	3.000 M/Mx	Inf.	Fem.	Serie	<b>Pista 5 a 8</b>
	3.000 M/Mx	Inf.	Masc.	Serie	<b>Pista 5 a 8</b>
20H10	1.000 Metros	Inf.	Masc.	Serie	<b>Tetratlo</b>
	1.000 Metros	Inf.	Fem.	Serie	<b>Tetratlo</b>
20H20	1.000 Metros	Inic.	Masc.	Serie	<b>Tetratlo 2</b>
	1.000 Metros	Inic.	Masc.	Serie	<b>Tetratlo 1</b>
	1.000 Metros	Juv.	Masc.	Serie	<b>Tetratlo</b>
20H30	800 Metros	Juv.	Fem.	Serie	<b>Tetratlo</b>
	800 Metros	Inic.	Fem.	Serie	<b>Tetratlo 2</b>
	800 Metros	Inic.	Fem.	Serie	<b>Tetratlo 1</b>
20H40	4x100 metros	Inic. a Juv.	Fem.	Serie	
20H50	4x100 metros	Inic. a Juv.	Masc.	Serie	

O programa pode ser ajustado

## 27/Domingo

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
09H15	200 Metros	Inic. a Juv.	Fem.	Serie	
	Lançam. Martelo (3Kg.)	Inic. a Juv.	Fem.	Final	
	Lanç. de Martelo (3 Kg.)	Benj.B/Inf.	Masc.	Final	
	Lançam. Peso (5Kg.)	Inic. a Juv.	Masc.	Final	
	Lanç. de peso (2 Kg.)	Benj.B/Inf.	Fem.	Final	
	Vara	Benj.B/Inf.	Fem.	Final	
09H30	200 Metros	Inic. a Juv.	Masc	Serie	
09H45	60 Metros	Benj.B/Inf.	Fem.	Serie	
09H55	60 Metros	Benj.B/Inf.	Masc.	Séris	
10H10	2.000 M/Obst.	Juv.	Masc	Final	
	Salto em Comprimento	Inic. a Juv.	Fem.	Final	
	Altura	Benj.B/Inf.	Masc.	Final	Progressão fasquia:0,85-0,90-0,95-1,00-1,05— 1,10-1,14-1,17-1,20-1,23-...
	Altura	Inic. aJuv.	Masc.	Final	Progressão fasquia: 1,41-1,46-1,51 1,56-1,61-1,64-1,67-1,70-1,73-1,76-...
10H25	3.000 Metros	Juv.	Fem.	Final	
10H40	300 M/Bar. (0,76)	Inic. aJuv.	Fem.	Serie	7 Bar.-50,00-35,00-40,00
10H55	300 M/Bar. (0,84)	Inic. a Juv.	Masc	Serie	7 Bar.-50,00-35,00-40,00
	Vara	Inic. a Juv.	Fem	Final	A definir com os técnicos das atletas Inscritos na prova
	Dardo (400 grs.)	Benj.B/Inf.	Masc.	Final	
	Dardo (700Grs.)	Inic. a Juv.	Masc.	Final	
	S. Comprimento	Benj.B/Inf.	Fem.	Final	
11H10	800 Metros	Inic. a Juv.	Fem.	Serie	
11H25	1.000 Metros	Benj.B/Inf.	Fem.	Final	
	Disco (0,750 grs.)	Benj.B/Inf.	Masc.	Final	
	Disco (1Kg.)	Inic. a Juv.	Fem	Final	
	Triplo	Inic. a Juv.	Masc	Final	Tábua a 9 metros
11H35	1.000 Metros	Benj.B/Inf.	Masc.	Final	
11H45	800 Metros	Inic. a Juv.	Masc,	Serie	
12H00	Estafeta medley	Inic. a Juv.	Fem.	Serie	<b>Estafeta (100x200x300x400)</b>
12H15	Estafeta medley	Inic. a Juv.	Masc.	Serie	<b>Estafeta (100x200x300x400)</b>

## Regulamento Campeonato Distrital de Juvenis

- 1- Estes campeonatos destinam-se a atletas masculinos e femininos do escalão de juvenis, filiados na Associação de Atletismo de Aveiro.
- 2- Os atletas filiados na AA Aveiro devem apresentar-se com o dorsal que lhes foi atribuído para a época de 2018.
- 3- **Os atletas do escalão de iniciados podem participar em todas as provas do programa das competições de juvenis, com exceção de 3.000 metros e dos 2.000 metros obstáculos, respeitando o regulamento geral de Competições para este escalão etário.**
- 4- **Os atletas Iniciados que participem numa prova de corrida ou de marcha com distâncias igual ou superior a 250 metros, não poderão participar em mais nenhuma corrida, prova de marcha ou concurso dessa jornada que se venha a realizar posteriormente, com exceção da estafeta de 4x80 metros no Campeonato Distrital de Iniciados, podendo participar noutras que se realizem antes.**
- 5- **No caso de o atleta estar a participar num concurso que ainda não tenha terminado, quando o atleta realiza uma prova de corrida ou marcha com distância igual ou superior a 250 metros, o atleta não poderá continuar a participar nesse concurso após a realização da corrida.**
- 6- **No caso de atleta participar na eliminatória de uma corrida de velocidade ou de barreiras que se realize antes de uma prova de corrida de marcha com distância igual ou superior a 250 metros em que o atleta participe, se o atleta for apurado para a final que se realize após esta prova, não poderá participar nessa final.**
  1. A participação de atletas filiados em outras Associações Distritais é condicionada ao parecer da Direção Técnica Distrital, devendo os pedidos de participação dar **entrada até às 12 horas de quinta-feira que antecede a competição, através do e-mail [aveiro@fpatletismo.org](mailto:aveiro@fpatletismo.org) da Associação a que pertence.**
- 7- Os atletas poderão participar em duas provas por dia, num máximo de quatro provas no conjunto das duas jornadas, desde que uma delas seja a estafeta curta.
- 8- Para efeitos de contagem, as eliminatórias e finais de uma prova são consideradas como uma só.
- 9- Os atletas do escalão de juvenil que participem em corridas ou prova de marcha de distância igual ou superior a 300m, não poderão participar posteriormente nessa jornada noutra corrida, prova de marcha ou concurso, com exceção da estafeta de 4x100.
- 10- No caso de um atleta participar na eliminatória de uma prova de corrida ou concurso, que se realize antes da corrida ou prova de marcha de distância igual ou superior a 300m em que participe, não poderá participar nos ensaios que ainda faltem no concurso ou na final que se realizem após esta prova.
- 11- No caso de participar na eliminatória de uma prova de corrida de velocidade ou barreiras que se realiza antes da corrida ou prova de marcha de distância igual ou superior a 300 metros em que o atleta participe, se o atleta tiver sido apurado para uma final que se realize após esta prova, não poderá participar nessa final.
- 12- Cada clube poderá inscrever um número ilimitado de atletas em cada prova do programa, embora apenas os três melhores classificados sejam consideradas para efeito de classificação coletiva; os restantes serão considerados individuais para este efeito.
- 13- Serão elaboradas classificações individuais e coletivas, por género, sendo esta última elaborada de acordo com o seguinte esquema de pontuação em cada prova: 8-7-6-5-4-3-2-1.
- 14- Os desempates nas classificações coletivas serão feitos a favor dos clubes que obtiveram mais lugares no conjunto das provas do programa; se o empate subsistir, aplica-se o mesmo critério em relação aos segundos lugares e assim sucessivamente.
- 15- As inscrições deverão ser feitas no secretariado até 30 minutos antes do início da respetiva prova, com indicação da melhor marca obtida desde 16/10/2016.
- 16- **Prémios: Medalhas aos três primeiros de cada prova; Taça às três primeiras equipas em Masculinos e Femininos.**
- 17- Os atletas devem ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para a correta colocação do dorsal.
- 18- **DORSAL indispensável para qualquer competição organizada pela Associação Atletismo de Aveiro.**
- 19- Apresentação:

Corridas: 10 minutos. Concursos: 20 minutos antes do horário previsto

# Regulamento do Campeonato Distrital de Infantis

1. Estes campeonatos destinam-se a atletas masculinos e femininos dos escalões de **benjamins b e infantis**, filiados na Associação de Atletismo de Aveiro.

Os atletas filiados na AAAveiro devem apresentar-se com o dorsal que lhes foi atribuído para a época de 2018.

2. Os atletas de outras associações poderão participar, desde que devidamente autorizados, devendo as respetivas inscrições dar entrada na Associação de Atletismo de Aveiro até às **12 horas de quinta-feira anterior à competição**, através do e-mail [aveiro@fpatletismo.org](mailto:aveiro@fpatletismo.org) da Associação a que pertence.

**Os atletas poderão participar em três provas por competição quando esta se disputar numa só jornada, ou disputar quatro quando a competição se disputar em 2 dias, realizando neste caso duas provas por jornada e de acordo com o restante regulamento específico da competição.**

2. Os atletas infantis que participem numa corrida de 150 metros não podem participar em mais nenhuma corrida que se dispute posteriormente nessa jornada, podendo participar nas que se disputem antes.

3. Os atletas infantis que participem numa corrida ou prova de marcha com distância igual ou superior a 600 metros não podem participar em mais nenhuma prova (corrida, marcha ou concurso) que se dispute posteriormente nessa jornada, podendo participar em provas que se disputem antes.

4. No caso do atleta infantil estar a participar num concurso que ainda não tenha terminado e se desloque para participar numa prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 600 metros, não poderá continuar a participar nesse concurso após a realização dessa prova.

5. O atleta infantil no caso de participar na eliminatória de uma prova de velocidade ou barreiras que se realize antes de uma prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 600 metros em que o atleta participe, se o atleta for apurado para uma final que se realize após esta prova, não poderá participar nessa final.

**6. De acordo com o parágrafo f) ponto b) do regulamento de competição dos escalões jovens, os ATLETAS INFANTIS NÃO PODEM PARTICIPAR NOS 600 metros e 1000 metros EM DIAS SUCESSIVOS.**

**7. Nos concursos os atletas apenas terão direito a 2 para todos os participantes + 2 para os 8 (oito) melhores resultados de lançamentos/saltos.**

8. Cada clube pode inscrever um número ilimitado de atletas por prova. No entanto, apenas os três melhores classificados serão considerados para efeitos de classificação coletiva, por género, sendo as classificações coletivas elaboradas de acordo com o seguinte esquema de pontuação: 8-7-6-5-4-3-2-1.

9. Os desempates nas classificações coletivas serão a favor dos clubes que obtiverem mais primeiros lugares no conjunto das provas do programa; se o empate subsistir, aplica-se o mesmo critério em relação aos segundos lugares e assim sucessivamente.

10. As inscrições deverão ser feitas no secretariado até 30 minutos antes da respetiva prova, com a indicação da melhor marca obtida desde 16/10/2016.

**PRÉMIOS: Individuais – medalhas aos três primeiros de cada prova.**

**Taças às três primeiras equipas Masc. e Fem.**

**Diplomas a todos os participantes**

Apresentação - Corridas: 10 minutos e Concursos 20 minutos antes do horário previsto.

11. Os atletas devem ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para a correta colocação do dorsal.

**12. DORSAL indispensável para qualquer competição organizada pela Associação Atletismo de Aveiro.**

Delegado Técnico

**Nota:No final da competição serão contabilizadas para efeitos de classificação coletiva as estafetas realizadas a 05 de Maio de 2018 no Estádio Municipal de Vagos.**

## TETRATLO JOVEM

1. Este Torneio destina-se a atletas masculinos e femininos do escalão de Inf./Inic./Juv., filiados na Associação de Atletismo de Aveiro, devendo apresentar-se com o dorsal que lhe foi atribuído para a época de 2018.
2. Cada Clube pode inscrever um número ilimitado de atletas filiados em cada escalão.
3. Serão elaboradas classificações individuais por escalão/sexo e colectivo masculino e feminino.
4. A confirmação das inscrições deverá ser feita no local de competição, até 30 minutos antes do início da primeira prova.
5. Apresentação na câmara de chamada: corridas 10´ e concursos 20´ antes do horário previsto.
6. No salto em altura a progressão da fasquia será de 4 cm, sendo a altura inicial definida pelo Delegado Técnico, no dia da competição.
7. As classificações colectivas serão elaboradas através das pontuações obtidas pelo melhor atleta de cada Clube em cada uma das provas do tetratlo.
8. Os atletas devem ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para a correta colocação do dorsal.
9. **DORSAL indispensável para qualquer competição organizada pela Associação Atletismo de Aveiro.**
10. **PRÉMIOS**  
Individuais: para os 3 (três) primeiros de cada escalão/género.  
Colectivos: Classificação separadas por género, com prémios para as equipas classificadas nos 3 (três) primeiros lugares.

Delegado Técnico: