



1
ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE SANTARÉM

Comunicado nº 09 – 2017/2018

**CAMPEONATO DISTRITAL de JUNIORES
LEIRIA, COIMBRA, SANTARÉM**

EXPOCENTRO - pista coberta

1ª Jornada - 16 Dezembro 2017

⌚	Prova	Escalão	Género	Observações
15h00	Peso	Jun	Fem.	4 Kg
	Triplo	Jun.	Fem.	Tábua de 9
15h25	60 m.	Jun.	Fem.	Eliminatórias
15h30	Vara	Jun.	Masc.	a)
	Altura	Jun.	Masc.	b)
16h05	60 m.	Jun.	Masc.	Eliminatórias
16h45	1.500 m.	Jun	Fem.	Séries
17h05	1.500 m.	Jun.	Masc.	Séries
17h30	60 m.	Jun.	Fem.	Final B
17h35	60 m.	Jun.	Fem.	Final A
17h40	60 m.	Jun.	Masc.	Final B
17h45	60 m.	Jun.	Masc.	Final A
17h50	400 m.	Jun.	Fem.	Séries
18h00	Comprimento	Jun.	Masc.	Tábua – 3 metros
18h20	400 m.	Jun.	Masc.	Séries
19h00	4x200m	Jun.	Fem.	Séries
19h15	4x200m	Jun.	Masc.	Séries

Progressão das fasquias:

- a) 2,50 (+15) ---> 3,10 (+10) ---> 3,60 (+5) --->;
b) 1,45 (+5) ---> 1,60 (+4) ---> 1,76 (+3) --->;

OS ATLETAS DEVEM CONFIRMAR ATÉ UMA HORA ANTES DO HORARIO PREVISTO

¹ A Associação na Internet em – www.aasantarém.pt



2ª Jornada - 17 Dezembro 2017

⌚	Prova	Escalão	Género	Observações
9h30	Triplo	Jun.	Masc.	Tábua a 11m
10h00	60 m. bar.	Jun.	Fem.	Eliminatórias
10h15	60 m. bar.	Jun.	Masc.	Eliminatórias
10h30	Vara	Jun.	Fem.	b)
	Altura	Jun.	Fem.	a)
	3.000 m.	Jun.	Fem.	Séries
10h50	3.000 m.	Jun.	Masc.	Séries
	Comprimento	Jun.	Fem.	Tábua – 3 metros
11h05	200 m.	Jun.	Fem.	Séries
11h15	Peso 6 kg	Jun.	Masc.	
11h40	200 m.	Jun.	Masc.	Séries
12h15	800 m.	Jun.	Fem.	Séries
12h35	800 m.	Jun.	Masc.	Séries
12h55	60 m. bar.	Jun.	Masc.	Final
13h00	60 m. bar.	Jun.	Fem.	Final

Progressão das fasquias:

- a) 1,25 (+5) ---> 1,40 (+4) ---> 1.52(+3)
b) 1,85 (+15) ---> 2,30 (+10) ---> 2,50 (+5) --->;

REGULAMENTO DA COMPETIÇÃO: Campeonato Distrital de juniores

01. Torneio organizado pela ADAL, ADAC e AAS e destinado exclusivamente a atletas juvenis e juniores federados nestas Associações. Não serão aceites inscrições de atletas extra.

02. Haverá prémios para os 1º; 2º e 3º classificados de cada escalão e Troféus para as equipas vencedoras em masculinos e femininos em cada escalão. Pontuação para a classificação coletiva os 8 primeiros classificados de cada prova.

03. Modo de apuramento para as finais:

03.1 Corridas de 60 metros – os 8 melhores tempos do conjunto de todas as eliminatórias, para a Final A, e do 9º ao 16.º tempo, para a Final B;

03.2 Corridas de 60 metros barreiras – os 8 melhores tempos do conjunto de todas as eliminatórias para a Final.

03.3 Concursos de salto em comprimento, triplo salto e lançamento do peso – os 8 melhores, devendo cada uma das 3 Associações Distritais de Atletismo ter 3 atletas nos três últimos ensaios;

04. Cada atleta apenas poderá participar em duas provas por dia, num máximo de três no conjunto dos dois dias. Os atletas deverão confirmar as suas inscrições até 30 minutos antes das provas em que pretendem participar.

05. As inscrições deverão ser enviadas para as respetivas Associações Distritais, **até ao dia 12 de Dezembro**. No dia 13 de Dezembro serão publicadas no site da ADAL as listas de atletas inscritos. **Os Clubes deverão verificar minuciosamente as inscrições dos seus atletas e fazer as necessárias correções. No dia da competição não poderão ser adicionados atletas às listas de participantes, estejam eles inscritos ou não na competição.**

Diretor da Prova Antonio Reis

04/12/2017