



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE SANTARÉM

COMUNICADO Nº 29 - 2017-2018

**CAMPEONATOS DISTRITAIS DE JUNIORES DE SANTARÉM  
E LEIRIA**

**FÁTIMA 26/27.05**

**1ª JORNADA – 26 / 05 / 2018**

|  | PROVA   | SEXO                           | OBSERV.   |
|---|---|--------------------------------|---|
| 15H00   | <b>100 m.</b><br><b>Altura</b><br><b>Martelo</b><br><b>Vara</b> | Masc.<br>Fem.<br>Fem.<br>Masc. | <b>Elim.</b><br><b>a)</b><br><b>4 kg</b><br><b>b)</b> |
| 15H15   | <b>100 m.</b>   | Fem.                           | <b>Elim.</b>  |
| 15H35   | <b>400 m.</b><br><b>Dardo</b>                                   | Masc.<br>Masc.                 | <b>Séries</b><br><b>800 gr.</b>                       |
| 15H50   | <b>400 m.</b><br><b>Comprimento</b><br><b>Peso</b>              | Fem.<br>Fem.<br>Masc.          | <b>Séries</b><br><b>6 Kg</b>                          |
| 16H10   | <b>1.500 m.</b>   | Masc.                          | <b>Séries</b>   |
| 16H25   | <b>1.500 m.</b>   | Fem.                           | <b>Séries</b>   |
| 16H45   | <b>3.000 m Obst.</b>  | Fem.                           |   |
| 17H15   | <b>100 m.</b><br><b>Disco</b><br><b>Comprimento</b>             | Masc.<br>Fem.<br>Masc.         | <b>Final</b><br><b>1 Kg</b>                           |
| 17H25   | <b>100 m.</b>   | Fem.                           | <b>Final</b>  |
| 17H35   | <b>5.000 m.</b>   | Masc.                          |   |
| 18H00   | <b>4 x 100 m.</b>   | Masc.                          |   |
| 18H10   | <b>4 x 100 m.</b>   | Fem.                           |   |
| 18H20   | <b>5.000Marcha</b><br><b>5.000Marcha</b>                        | Fem.<br>Masc.                  | <b>Pista 1</b><br><b>Pista 5</b>                      |

- a) Início do concurso: 1,30 metro, sobe de 5 em 5 cm.. Quando houver 3 atletas sobe de 3 em 3 cm.
- b) Início do concurso: 2,20 metros, sobe de 20 em 20 cm., até 2,80, depois de 10 em 10 cm. até 4,00 e depois de 5 em 5 cm.

<sup>1</sup> A Associação na Internet em – [www.aasantarem.pt](http://www.aasantarem.pt) e [www.aasantarem.blogspot.com](http://www.aasantarem.blogspot.com)

## 2ª JORNADA - 27 / 05 / 2018

| 🕒     | PROVA                             | SEXO  | OBSERV.                  |
|-------|-----------------------------------|-------|--------------------------|
| 09H30 | <b>Vara</b><br><b>3.000m.Obst</b> | Fem.  | c)                       |
|       | <b>Martelo</b>                    | Masc. | <b>6 kg</b>              |
|       | <b>Triplo</b>                     | Masc. | <b>Tábuas a 7 e 9m</b>   |
|       | <b>Dardo</b>                      | Fem.  | <b>600 gr.</b>           |
| 09H50 | <b>3.000 m.</b>                   | Fem.  |                          |
| 10H10 | <b>3.000 m.</b>                   | Masc. |                          |
| 10H30 | <b>400 m. bar.</b>                | Fem.  | <b>Séries</b>            |
| 10H40 | <b>400 m. bar.</b>                | Masc. | <b>Séries</b>            |
| 10H55 | <b>200 m.</b>                     | Fem.  | <b>Séries</b>            |
| 11H05 | <b>200 m.</b>                     | Masc. | <b>Séries</b>            |
|       | <b>Peso</b>                       | Fem.  | <b>4 Kg</b>              |
|       | <b>Triplo</b>                     | Masc. | <b>Tabuas a 11 e 13m</b> |
|       | <b>Disco</b>                      | Masc. | <b>1,750 Kg</b>          |
|       | <b>Altura</b>                     | Masc. | d)                       |
| 11H25 | <b>110 m. bar.</b>                | Masc. | <b>1,00 Elim.</b>        |
| 11H40 | <b>100 m. bar.</b>                | Fem.  | <b>0,84 Elim.</b>        |
| 11H55 | <b>800 m.</b>                     | Masc. | <b>Séries</b>            |
| 12H15 | <b>800 m.</b>                     | Fem.  | <b>Séries</b>            |
| 12H30 | <b>110 m. bar.</b>                | Masc. | <b>1,00 Final</b>        |
| 12H40 | <b>100 m. bar.</b>                | Fem.  | <b>0,84 Final</b>        |
| 12H55 | <b>4 x 400 m.</b>                 | Masc. | <b>Séries</b>            |
| 13H10 | <b>4 x 400 m.</b>                 | Fem.  | <b>Séries</b>            |

- c) Início do concurso a 1,80 metros, subindo de 10 em 10 cm..
- d) Início do concurso a 1,45 metros, subindo de 5 em e cm., até haver 3 atletas em prova. A partir daí subirá de 3 em 3 cm.

### REGULAMENTO DO CAMPEONATO DISTRITAL DE JUNIORES:

01. Podem participar todos os atletas Masc./Fem. dos escalões Juvenis e Júniores devidamente filiados na presente época.
02. Os **atletas poderão participar num máximo de quatro provas, desde que uma delas seja a estafeta curta, podendo participar no máximo em duas provas por dia.**
03. Os Juvenis que participem numa prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 300m, não poderão participar posteriormente nessa jornada noutra prova de corrida, prova de marcha ou concurso nessa jornada. Estes atletas poderão participar em todas as provas com exceção dos 3.000 m. Obstáculos, 5.000 m..
04. Os atletas Júniores que participem em corridas ou provas de marcha de distância igual ou superior a 1.500 metros, não poderão participar noutra corrida ou prova de marcha nessa jornada, independentemente da ordem de participação nessas provas.
05. Nas provas de velocidade haverá final para a AAS e para a ADAL nos concursos passarão á final os 6 melhores classificados de cada Associação.
06. Haverá classificação Individual e coletiva contanto para esta pontuação 3 atletas por clube/prova.
07. Prémios aos 3 primeiros classificados de cada prova e Taça às 3 primeiras equipas.

### INSCRIÇÕES PARA A AAS ATÉ DIA 23/05

