



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE SANTARÉM

Comunicado nº 26 – 2018-2019

Olímpico Jovem Regional 2019

Fátima - Pista atletismo

Sábado - 25 Maio de 2019		
15:00	80 m	INI - M. Elim.
15:00	Martelo (4 kg)	INI - M
15:10	Comprimento	INI - F
15:15	80 m	INI - F. Elim.
15:30	Vara	INI - M
15:30	100 m	JUV - M. Elim
15:45	Altura	INI - M
15:45	100 m	JUV - F. Elim.
16:00	300 m bar (0,84)	JUV - M
16:00	Martelo (3 kg)	INI - F
16:15	300 m bar (0,76)	JUV - F
16:30	250 m bar (0,76)	INI - M
	Quádruplo Salto	INI - F
16:45	250 m bar (0,76)	INI - F
17:00	80 m.	INI - M Final
	Dardo (500 g)	INI - F
17:10	80 m.	INI - F. Final
17:20	100 m	JUV-M. Final
17:30	100 m.	JUV-F. Final
17:45	1 500 m	INI - M
	Peso (4 kg)	INI - M
18:00	1 500 m	INI - F
18:10	1 500 m	JUV - M
18:20	1 500 m	JUV - F
18:35	1 500 m Obst	INI - M
18:50	1 500 m Obst	INI - F

Domingo - 26 de Maio de 2019		
09:30	Dardo 600 g/700g	INI/JUV - M
	110 m bar (0,91)	JUV - M Elim.
	Comprimento	INI/JUV - M
09.45	100 m bar (0,84)	INI - M Elim.
10.00	100 m bar (0,76)	JUV - F Elim.
10.15	80 m bar (0,76)	INI - F Elim.
	Disco (0,750 kg)	INI - F
	Vara	INI -F
10:30	4 000 m Marcha	INI - M/F
11.00	800 m	INI - M
	Disco (1 kg)	INI - M
11.10	800 m	INI - F
	Altura	INI/JUV - F
11:25	110 m bar (0,91)	JUV - M Final
11:35	100 m bar (0,84)	INI - M Final
	Peso (3 kg)	INI/JUV - F
11:45	100 m bar (0,76)	JUV - F Final
12:00	80 m bar (0,76)	INI - F Final
	Quádruplo Salto	INI - M
12:15	250 m	INI - M
12.30	250 m	INI - F

ALTURA	INIC / JUV- Fem	INIC - Masc
	1,20... de 5 em 5 até 1,40 e depois de 3 em 3 cm.	1,30.. de 5 em 5 até 1,50 e depois de 3 em 3 cm
VARA	INIC - Fem	INIC - Masc
	Inicia se à altura mais baixa possível e sobe sempre de 5 em 5 cm.	1,90-2.00..de 10 em 10 até 2,30, depois de 5 em 5cm.

REGULAMENTO FASE REGIONAL:

- 1- A prova destina - se a atletas Iniciados e Juvenis que apenas poderão participar nas provas do seu escalão.
- 2- Na fase regional cada atleta pode participar em 3 provas (2+1), tendo em atenção o RGC
- 3- Os atletas Iniciados que participem nos 1500 M. ou 1500 M. Obstáculos, não poderão participar noutra corrida ou concurso dessa jornada, que se realizar posteriormente.
- 4- Os atletas Juvenis que participem nos 300 M. Barreiras ou prova de distancia superior, não poderão participar em mais nenhuma corrida ou concurso dessa jornada, que se realizar posteriormente. (exceção da estafeta 4x100, na final nacional).
- 5- Nos casos omissos será aplicado RGC da FPA.
- 6- Haverá medalhas para os três primeiros de cada prova e Taças às primeiras equipas.

INSCRIÇÕES PARA A AAS ATÉ DIA 22/05

SELECÇÃO PARA A FINAL NACIONAL

- 1- Cada selecção poderá apresentar no máximo 33 atletas
- 2- Haverá estafeta de 4x100 metros para femininos e masculinos , que poderá ser integrada por atletas Iniciados e Juvenis.
- 3- A constituição destas estafetas será elaborada tendo em conta os resultados das provas de 80 e 100M.
- 4- Na final nacional, cada atleta apenas poderá participar em 2 provas individuais + estafeta, não podendo fazer três provas na mesma jornada.
- 5- Para a constituição da selecção da AAS , a prova principal de avaliação será a FINAL REGIONAL, mas **NÃO SERÁ** o unico momento competitivo a ter em conta.
- 6- A Final Nacional será realizada em LAGOA (Algarve) nos dias 08 e 09 junho.