



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE SANTARÉM

1

COMUNICADO Nº 28 2019 -2020

CAMPEONATO DISTRITAL DE JUVENIS
(SUB18)

Abrantes 04/05.07. 2020

PROGRAMA-HORÁRIO

<u>1ª Jornada</u>	<u>Sábado 04/07</u>		<u>2ª Jornada</u>	<u>Domingo 05/07</u>	
15.00-	Martelo 5kg	Masc.	09.30-	2000 M. Obst.	Masc. Séries
	Vara	Masc. a)		Vara	Fem. c)
	110 M. Barr.	Masc. Elim.		Altura	Masc d)
15.15-	100 M.Barr.	Fem. Elim.		Martelo 3kg	Fem.
			09.50-	3000 M.	Fem. Séries
	Triplo-salto	Masc Tábuas 9/11	10.15-	200 M.	Masc. Séries.
15.30-	100 M.	Masc. Elim.	10.30-	200 M.	Fem. Séries.
15.45-	100 M.	Fem. Elim.		Dardo 700gr	Masc.
	Peso 3kg	Fem.	10.45-	300 M.Barr.	Masc. Séries
16.00-	110 M.Barr.	Masc. Final		-----	-----
16.15-	100 M.Barr.	Fem. Final		Comprimento	Masc.
	Altura	Fem. b)	11.00-	300 M.Barr.	Fem. Séries
16.30-	100 M.	Masc. Final		Disco 1kg	Fem.
	Disco 1,5kg	Masc.	11.20-	800 M.	Masc. Séries
16.40-	100 M.	Fem. Final	11.30-	Triplo-salto	Fem. Tábuas 7/9
	-----	-----			
17.00-	2000 M.Obst.	Fem. Séries	11.35-	Peso 5kg	Masc
	Comprimento	Fem.	-	800 M.	Fem. Séries
	-----	-----			
17.25-	1500 M.	Masc. Séries			
17.40-	1500 M.	Fem. Séries			
	Dardo 500gr.	Fem.			
17.55-	300 M.	Masc. Séries			
18.10-	300 M.	Fem. Séries			
18.25-	3000 M.	Masc. Séries			
18.50-	3000 M.Marcha Fem				
	3000 M.Marcha Masc.				

- a) 2,20 – 2,40 – 2,50 – 2,60...de 10 em 10 até 3,30 e depois de 5 em 5 cm.
- b) 1,15 – 1,20 – 1,25 ... de 3 em 3 cm quando restarem 3 atletas.
- c) Altura mínima possível , subindo de 10 em 10cm. até 2,40 e depois de 5 em 5cm.
- d) 1,30 – 1,35 – 1,40 ... de 3 em 3 cm quando restarem 3 atletas.

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

REGULAMENTO:

- O Campeonato Distrital de Juvenis destina-se a atletas Juvenis e Iniciados.
- Os atletas Iniciados podem participar em todas as provas com exceção dos 3000 e 2000 M. Obstáculos.
- Cada atleta poderá participar num máximo de 2 provas
- Os atletas Iniciados ou Juvenis que participem em corridas ou provas de marcha de distância igual ou superior a 300 M , não poderão participar noutra prova que se dispute posteriormente..
- Não haverá classificação coletiva.
- Serão atribuídos prémios aos 3 primeiros classificados em cada prova.
- Nos casos omissos será aplicado o RGC. da FPA.

NOTAS IMPORTANTES:

1- Haverá limitação ao número de atletas que poderão participar em cada prova.

2- Em algumas provas, nomeadamente no meio fundo, haverá regulamento específico e diferente do habitual, tendo em consideração as restrições impostas pela DGS/IPDJ.

AS INSCRIÇÕES DEVEM DAR ENTRADA NA AAS ATÉ DIA 1/07