



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE SANTARÉM

1

COMUNICADO Nº 29 - 2019-2020

CAMPEONATO DISTRITAL DE JUNIORES (SUB20)

FÁTIMA 11/12.07.2020

1ª JORNADA – 11 / 07

	PROVA		OBSERV.
15H00	100 m. Altura Martelo	Masc. Fem. Masc..	Elim. a) 6 kg
15H15	100 m.	Fem.	Elim.
15H35	400 m. Dardo	Masc. Fem.	Séries 600 gr.
15H50	400 m. Comprimento Peso	Fem. Fem. Masc.	Séries 6 Kg
16H10	1.500 m.	Masc.	Séries
16H25	1.500 m. Vara	Fem. Masc.	Séries b)
16H45	2.000 m Obst. 2000 m. Obst	Fem. Masc.	
17H15	100 m. Disco Triplo salto	Masc. Fem. Masc.	Final 1 Kg Tábuas 11/13
17H25	100 m.	Fem.	Final
18H20	3.000 Marcha 3.000 Marcha	Fem. Masc.	

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

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

2ª JORNADA - 12 / 07 / 2020

	PROVA		OBSERV.
09H30	Vara 3000 m.	Fem.	c)
	Martelo	Masc.	
	Triplo	Fem.	4 kg
09H50	3.000 m.	Fem.	Tábuas a 7 e 9m
10H15	400 m. bar.	Fem.	
10H30	400 m. bar.	Masc.	Séries
	Comprimento	Fem.	Séries
	Disco	Masc.	
10H55	200 m.	Masc.	1,750 Kg
11H05	200 m.	Masc.	Séries
	Peso	Fem.	Séries
	Altura	Fem.	4 Kg
11H25	110 m. bar.	Masc.	d)
11H40	100 m. bar.	Masc.	1,00 Elim.
11H55	800 m.	Fem.	0,84 Elim.
	Dardo	Masc.	Séries
12H15	800 m.	Masc.	800 gr.
12H30	110 m. bar.	Fem.	Séries
12H40	100 m. bar.	Masc.	1,00 Final
		Fem.	0,84 Final

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:

01. Podem participar atletas Masc. e Fem. dos escalões Juvenis e Juniores devidamente filiados na AAS na presente época.
02. Cada atleta poderá participar no máximo em 2(duas) provas.
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.
04. Os atletas Juniores 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. Não haverá classificação coletiva.
06. Prémios aos 3 primeiros classificados de cada prova.

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 tendo em consideração as restrições impostas pela DGS/IPDJ.

AS INSCRIÇÕES DEVEM DAR ENTRADA NA AAS ATÉ DIA 08/07