



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE SANTARÉM

1

Comunicado nº 20 – 2020-2021

## CAMPEONATO DISTRITAL DE JUVENIS (SUB18)

**ABRANTES**      **12/13 .06. 2021**

### PROGRAMA-HORÁRIO

<b><u>1ª Jornada</u></b>	<b>Sábado</b>	<b>/06</b>		<b><u>2ª Jornada</u></b>	<b>Domingo</b>	<b>/06</b>	
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.	09.50-	200 M.		Masc. Séries.
	Triplo-salto		Fem. Tábua 7/9	10.00-	200 M.		Fem. Séries.
15.30-	100 M.		Masc. Elim.		Dardo 700gr		Masc.
15.45-	100 M.		Fem. Elim.	10.15-	3000 M.		Fem. Séries
	Peso 3kg		Fem.	10.35-	300 M. Barr.		Masc. Séries
16.00-	110 M. Barr.		Masc. Final		-----		-----
16.15-	100 M. Barr.		Fem. Final		Comprimento		Fem.
	Altura		Fem. b)	10.45-	300 M. Barr.		Fem. Séries
16.30-	100 M.		Masc. Final		Disco 1kg		Fem.
	Disco 1,5kg		Masc.				
16.40-	100 M.		Fem. Final	11.10-	Triplo-salto		Masc. Tábua 9/11
				11.15-	800 M.		Masc. Séries
17.00-	2000 M. Obst.		Fem. Séries	-	Peso 5kg		Masc
	Comprimento		Masc.	11.25-	800 M.		Fem. Séries
17.10-	4X100 M.		Masc. Séries	-	Martelo 3kg		Fem.
17.30-	4X100 M.		Fem. Séries	11.45-	4x300		Masc. Séries
				12.00-	4x300		Fem. Séries
17.45-	1500 M.		Masc. Séries				
17.55-	1500 M.		Fem. Séries				
	Dardo 500gr.		Fem.				
18.10-	300 M.		Masc. Séries				
18.20-	300 M.		Fem. Séries				
18.30-	3000 M.		Masc. Séries				
18.50-	5000 M. Marcha	Fem					
	5000 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.

<sup>1</sup> A Associação na Internet em – [www.aasantarém.pt](http://www.aasantarém.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 M. e 2000 M. Obstáculos.
- Cada atleta poderá participar num máximo de 4 provas ,desde que uma delas seja a estafeta curta (4x100),podendo participar no máximo de duas provas por jornada.
- 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, com exceção da estafeta 4x100 m. ,mesmo que essa prova seja um concurso ou corrida para a qual tenham ficado apurados.
- Em cada prova só poderão pontuar 2 atletas por clube, sendo , para efeitos coletivos , os restantes considerados como individuais. Nas estafetas apenas pontuará uma equipa por clube.
- Serão atribuídos prémios aos 3 primeiros classificados em cada prova e às primeiras equipas.
- Nos casos omissos será aplicado o RGC. da FPA.

**INSCRIÇÕES PELA PLATAFORMA ATÉ DIA 09-06**

**ATENÇÃO CONTINUAM EM VIGOR TODAS AS NORMAS DO COVID**