



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE SANTARÉM

1

Comunicado nº 09 – 2021//2022

**CAMPEONATO REGIONAL JUVENIS (SUB18) - PISTA COBERTA
ALPIARÇA – NAVE DESPORTIVA**

PROVAS DE 300M,800M,1500M,3000M e MARCHA- Pista ALMEIRIM

PROGRAMA-HORÁRIO:

Sábado 15.01.2022

15.00 - 300 M.	Fem.	Séries	PISTA ALMEIRIM
15.10 - 300 M.	Masc.	Séries	PISTA ALMEIRIM
15.25 - 1500 M.	Fem.	Séries	PISTA ALMEIRIM
15.40 - 1500 M.	Masc.	Séries	PISTA ALMEIRIM
16.00 - Vara	Masc.	a)	
- Altura	Fem.	b)	
16:15 - Comprimento	Fem.		
16.30 - 60 M	Fem.	Elim	
16.45 - 60 M.	Masc.	Elim.	
17.00 - 60 M.	Jun/Sen Fem..	PROVA EXTRA	
- Peso 3kg	Fem.		
17.15 - 60 M.	Jun/Sen. Mas.	PROVA EXTRA	
- Comprimento	Masc.		
17.40 - 60 M.	Fem.	Final	
17.50 - 60 M.	Masc.	Final	
a) Início a 2,20, sobe de 10 em 10 cm até 2,80 e depois de 5 em 5 cm			
b) Início a 1,10.,sobe de 5 em 5 cm até 1,30 e depois de 3 em 3cm.			

Domingo 16.01.2022

09.30 - 800 M.	Fem	Séries	PISTA ALMEIRIM
09.40 - 800 M.	Masc.	Séries	PISTA ALMEIRIM
09.50 - 3000 M.	Fem.	Séries	PISTA ALMEIRIM
10.10 - 3000 M.	Masc.	Séries	PISTA ALMEIRIM

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

10.30	- Vara	Fem.	c)
	- Altura	Masc.	d)
10.45	- Triplo salto	Fem.	Tábua 7 m.
11.00	- 60 M.Barr.(0.76)	Fem.	Elim.
11.10	- 60 M.Barr.(0.91)	Masc.	Elim.
11.15	- Peso 5 kg	Masc.	
11.30	- Triplo salto	Masc.	Tábua 9 m.
11.50	- 60 M.Barr.(0.76)	Fem.	Final
12.00	- 60 M.Barr. (0.91)	Masc.	Final

c) Início a 1,80, sobe de 10 em 10 cm até 2,20 e depois de 5 em 5 cm.

d) Início a 1,35, sobe de 5 em 5 cm até 1,55 e depois de 3 em 3 cm.

REGULAMENTO:

- Esta competição destina-se a atletas Juvenis e Iniciados.
- Cada atleta poderá participar em 3 provas, sendo o máximo de 2 por jornada.
- Haverá classificação individual e coletiva, contando para esta os 3 primeiros classificados de cada clube.
- Prémios aos 3 primeiros classificados de cada prova e às 1^{as} equipas.
- Só poderão participar nesta competição os atletas com a filiação regularizada.
- Nos casos omissos será aplicado o RGC. da FPA.

NOTAS IMPORTANTES:

As provas de Marcha realizam-se no campeonato de Sub 20 para todos os escalões (Sub 18, Sub 20 e Absolutos) pelo facto de haver provas nacionais de marcha nas datas dos nossos regionais

Para possibilitar a existência de cronometragem eletrónica nas corridas e provas de Marcha a realizar nas pistas de Almeirim e Alpiarça, o programa-horário teve que ser adaptado nesse sentido.

INSCRIÇÕES NA PLATAFORMA FPACOMPETIÇÕES ATÉ AO DIA 12-01