



1
ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE SANTARÉM

Comunicado nº 33 – 2022/2023

CAMPEONATO DISTRITAL DE SUB 16 (INICIADOS)

RIO MAIOR

01/02.07.2023

PROGRAMA-HORÁRIO:

1ª Jornada - Sábado 01.07

15.30	- Martelo 4kg	Inic.Masc.	
	- Vara	Inic.Masc.	1,80-1,90- 2,00...
	- Triplo- Salto	Inic.Fem.	Tábua 7m
15.40	- 80 M.	Inic.Masc.	Elim.
15.50	- 80 M.	Inic.Fem.	Elim.
	- Comprimento	Inic.Masc.	Tábua 3m
	- Altura	Inic.Fem.	1,00-1,05...1,30-1,33-1,36...
16.10	- Peso 3kg	Inic.Fem.	
16.20	- 80 M.	Inic.Masc	Final
16.30	- 80 M.	Inic.Fem.	Final
	- Dardo 500gr.	Inic.Fem	
16.50	- 1500 M.	Inic.Mas.	Séries
17.05	- 1500 M.	Inic.Fem.	Séries
	- Disco 1kg	Inic.Masc.	
17.25	- 250 M.Barr. (0,76)	Inic.Masc.	Séries
17.40	- 250 M.Barr. (0,76)	Inic.Fem.	Séries
18.00	- 4x80 M.	Inic.Masc.	Séries
18.15	- 4x80 M.	Inic.Fem.	Séries
18.30	- 4000 M.Marcha	Inic.Masc.	
	- 4000 M.Marcha	Inic.Fem	

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

2ª Jornada

Domingo 02.07

09.30	- 1500 M.Obst.	Inic.Masc.	Séries
	- Vara	Inic.Fem.	1,80-1,90... sempre 10 em 10cm
	- Martelo 3kg	Inic.Fem.	
09.45	- 1500 M.Obst.	Inic.Fem.	Séries
10.00	- 100 M.Barr.	Inic.Masc.	Elim
10.15	- 80 M.Barr.	Inic.Fem.	Elim.
	- Triplo-salto	Inic.Masc.	Tábua 7m
10.35	- Disco 0,75kg	Inic.Fem.	
	- 800 M.	Inic.Fem.	Séries
10.45	- 800 M.	Inic. Masc.	Séries
10.55	- Altura	Inic.Masc.	1,15-1,20-1,25...1,50-1,53-1,56...
	- Comprimento	Inic.Fem.	Tábua 3m.
11.05	- 100 M.Barr.	Inic.Masc.	Final
	- Peso 4kg	Inic.Masc.	
11.15	- 80 M.Barr.	Inic.Fem.	Final
	- Dardo 600gr.	Inic.Masc.	
11.35	- 250 M.	Inic.Masc.	Séries
11.45	- 250 M.	Inic.Fem.	Séries

REGULAMENTO:

- A prova destina-se a atletas Iniciados e Infantis.
- Os atletas Infantis poderão participar em todas as provas do programa com exceção das seguintes: 250m;250m.barr;;1500m , 1500m obstáculos , Marcha e triplo-salto.
- Cada atleta poderá participar em 4 provas no conjunto dos dois dias, sendo no máximo 2 provas por dia.
- Os atletas que participem numa corrida ou prova de Marcha de distância igual ou superior a 250 m, não poderão participar em mais nenhuma corrida, prova de marcha ou concurso dessa jornada que se realize posteriormente, com a exceção da estafeta 4x80 m, podendo participar noutras que se realizem antes.
- Quando o atleta estiver a participar num concurso que ainda não tenha terminado e se ausente para participar numa prova de corrida ou de marcha com a distância igual ou superior a 250 metros, não poderá continuar nesse concurso após a realização da corrida.
- Quando o atleta participar na eliminatória de uma corrida de velocidade ou de barreiras, que se realize antes de uma prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 250 metros em que o atleta participe, se o atleta for apurado para uma final que se realize após esta prova, não poderá participar nessa final
- Não é permitida a participação de atletas Benjamins.
- Haverá classificação individual e colectiva, contando para esta os 3 primeiros classificados e uma equipa de estafeta de cada clube, sendo os restantes considerados para efeito de classificação como atletas individuais.
- Prémios aos 3 primeiros classificados de cada prova e às primeiras equipas.
- **Nos casos omissos será aplicado o RGC da FPA.**

INSCRIÇÕES NA PLATAFORMA ATÉ DIA 28-06

