



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE SANTARÉM

1

Comunicado nº 08 – 2023//2024

CAMPEONATO DISTRIITAL JUVENIS (SUB18) - PISTA COBERTA
ALPIARCA – NAVE DESPORTIVA
PROVAS DE 300M,800M,1500M,3000M e MARCHA- Pista ALMEIRIM

PROGRAMA-HORÁRIO:

Sábado 20.01.2024

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
16.15	- 60 M	Fem.	Elim	
	- Vara	Masc.	a)	
	- Altura	Fem.	b)	
16:30	- 60 M.	Masc.	Elim.	
	- Comprimento	Fem.	Tábua 3m.	
16.45	- 60 M.	Jun/Sen Fem..	Séries	PROVA EXTRA
	- Peso 3kg	Fem.		
17.00	- 60 M.	Jun/Sen. Mas.	Séries	PROVA EXTRA
17.15	- Comprimento	Masc.	Tábua 3m.	
	- 60 M.	Fem.	Final	
17.25	- 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.

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

Domingo 21.01.2024

09.00	- 3000M Marcha	Fem.	C.Reg.Sub18/Sub20/Absolutos	P. ALMEIRIM
	5000 M.Marcha	Masc.	C.Reg.Sub18/Sub20/Absolutos	P. ALMEIRIM
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
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(sub18) e Iniciados(sub16).
- Cada atleta poderá participar em 3 provas, sendo o máximo de 2 por jornada.
- Haverá classificação individual e coletiva, **contando para esta o 1º(primeiro) classificado de cada clube.**
- Os atletas não pontuáveis não subtraem pontos aos restantes atletas.
- Prémios aos 3 primeiros classificados de cada prova e às 1ªs 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 destinam-se aos escalões de sub18, sub20, sub23 e Absolutos, sendo esta competição o Regional de Inverno dos citados escalões etários.

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 ATÉ AO DIA 17-01-2024

20-12-2023