



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE SANTARÉM

Comunicado nº 10 – 2023//2024

CAMPEONATOS DISTRITAIS SANTARÉM - PISTA COBERTA

ABSOLUTOS - SUB23 - SUB20

ALPIARÇA – NAVE DESPORTIVA

PROVAS DE 400M, 800M, 1500M, 3000M - Pista ALMEIRIM

PROGRAMA-HORÁRIO:

Sábado 03.02.2024

15.00 - 400 M.	Fem.	Séries	PISTA ALMEIRIM
15.10 - 400 M.	Masc.	Séries	PISTA ALMEIRIM
15.25 - 1500 M.	Fem.	Séries	PISTA ALMEIRIM
15.40 - 1500 M.	Masc.	Séries	PISTA ALMEIRIM
16.15 - Vara	Masc.	a)	
- Altura	Fem.	b)	
16.45 - 60 M.	Fem.	Elim.	
- Comprimento	Fem.	Tábua 3m	
17.00 - 60 M.	Masc.	Elim.	
17.15 - 60 M.	Inic. Fem..	PROVA EXTRA	
- Peso 4kg	Fem.		
17.25 - 60 M.	Inic. Masc.	PROVA EXTRA	
17.35 - Comprimento	Masc.	Tábua 3m.	
17.40 - 60 M.	Fem.	Final	
17.50 - 60 M.	Masc.	Final	

- a) Início a 2,40, sobe de 10 em 10 cm até 3,00m e depois de 5 em 5 cm
- b) Início a 1,15, sobe de 5 em 5 cm até 1,35 e depois de 3 em 3cm.

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

Domingo 04.02.2024

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
10.15	- Vara	Fem.	c)	
	- Altura	Masc.	d)	
10.45	- Triplo salto	Fem.	Tábua 7e 9 m.	
11.15	- 60 M.Barr.(0.84)	Fem.	Elim.	
11.30	- 60 M.Barr.(1,06)	Masc.	Elim.	
	- Peso 7,26 kg/6kg	Masc.	e)	
11.40	- 60 M.Barr.(1,00)	Masc Sub20	Elim.	
	- Triplo salto	Masc.	Tábua 9 e 11 m.	
12.00	- 60 M.Barr.(0.84)	Fem.	Final	
12.10	- 60 M.Barr. (1,06)	Masc.	Final	
12.20	- 60 M.Barr.(1,00)	Masc Sub20	Final	

- c) Início a 1,90, sobe de 10 em 10 cm até 2,20 e depois de 5 em 5 cm.
- d) Início a 1,40, sobe de 5 em 5 cm até 1,65 e depois de 3 em 3 cm.
- e) Peso 7,26 (Absolutos e sub23) - Peso 6kg (sub 20)

REGULAMENTO:

Campeonato Distrital de sub20:

- 1 - Podem participar atletas sub20 e sub18.
- 2- Cada atleta poderá participar em 3 provas,sendo o máximo de 2 por jornada.
- 3- Haverá classificação individual (prémio aos 3 primeiros por prova) e coletiva, pontuando para esta 1 atleta por clube.(prémio às 1^{as} equipas).

Campeonato Distrital Absoluto:

- 1- Podem participar nesta competição atletas sub18, sub20, Seniores e Veteranos.
- 2 - Cada atleta poderá participar em 3 provas, sendo o máximo de 2 por jornada.
- 3 - Haverá classificação individual (prémio por prova aos 3 primeiros classificados e 1^o Sub 23)
- 4 - Para a classificação coletiva, pontuará 1 atleta por clube. (prémio às 1^{as} equipas)
- 5 - Os sub18 e sub20 Masc. não poderão participar nos 60barr (1,06) e Peso 7,26kg.

Nos casos omissos será aplicado o RGC. da FPA.

NOTA IMPORTANTE:

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 31-01-2024