



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE SANTARÉM

COMUNICADO 24 – 2024-2025
OLIMPICO JOVEM DISTRITAL 2025

LOCAL: PISTA DE ABRANTES

DATA: 03 e 04 Maio 2025

PROGRAMA-HORÁRIO:

Sábado 03 de Maio de 2025			
15:00	80 metros Altura	Sub16 M Sub18 F	Elim a)
15:00	Martelo (4 kg)	Sub16 M	
15:10	Comprimento	Sub18 M	
15:20	80 metros	Sub16 F	Elim.
15:30	Vara	Sub16 M	b)
15:45	Altura Martelo 3kg	Sub16 F Sub16 F	c)
15:50	Triplo salto	Sub16 M	Tábua 9
16:10	80 metros	Sub16 M	Final
16:20	80 metros	Sub16 F	Final
16:35	400m Barreiras	Sub18 M	Séries
16:50	400m Barreiras	Sub18 F	Séries
17:15 17:20	Peso 3kg Dardo(600) Dardo (500g)	Sub18 F Sub16 M Sub16 F	
17:40 17:55	300m Barreiras 300m Barreiras	Sub16 F Sub16 M	Séries Séries
17:55	Triplo Salto	Sub16 F	Tábua 7
18:10	1.500 metros	Sub16 M.	Séries
18:20	1.500 metros	Sub16 F	Séries
18:35	1.500m Obstáculos	Sub16 F	Séries
18:50	1.500m Obstáculos	Sub16 M	Séries
19:05 19:15	1500 metros 1500 metros	Sub18 M Sub18 F	Séries Séries

Domingo 04 de Maio de 2025			
09:30	100 M.	Sub18 M	Elim.
09:30	Comprimento	Sub16 F	
09:30 09:45	Altura 100 M.	Sub16 M Sub18 F	d) Elim.
10:00	4.000m Marcha 4.000m Marcha Peso 4 kg	Sub16 M. Sub16 F Sub16 M	
10:10	Vara	Sub16 F	e)
	Dardo 700g	Sub18 M	
10:30	800 metros	Sub16 M	Séries
10:40 10:55 11:10	800 metros 100 M.Barreiras 80 M.Barreiras	Sub16 F Sub16 M Sub16 F	Séries Elim. Elim.
	Comprimento	Sub16 M	
	Disco (1 Kg) Disco(0,750kg)	Sub16 M Sub16 F	
11:20 11:30	100 M. 100 M	Sub18 M Sub18 F	Final Final
11:40	100m Barreiras	Sub16 M	Final
	Peso (3 Kg)	Sub16 F	
11:50	80m Barreiras	Sub16 F	Final
12:00	300 metros	Sub16 M	Séries
12:10	300 metros	Sub16 F	Séries

a) Início a 1,15, sobe de 5 em 5cm até ficarem 3 atletas e depois de 3 em 3 cm.

- b) Início altura mínima possível, sobe de 10 em 10cm até 2,20, depois de 5 em 5cm.
- c) Início a 1,05, sobe de 5 em 5cm até ficarem 3 atletas e depois de 3 em 3 cm.
- d) Início a 1,25, sobe de 5 em 5cm até ficarem 3 atletas e depois de 3 em 3 cm.
- e) Início altura mínima possível, sobe sempre de 5 em 5cm.

REGULAMENTO FASE DISTRITAL

- 1- A prova destina - se a atletas Sub16 e Sub18 que apenas poderão participar nas provas do seu escalão.
- 2- Na fase distrital cada atleta pode participar em 3 provas (2+1), tendo em atenção o RGC
- 3- Os atletas Sub16 que participem em distância igual ou superior a 300 M, não poderão participar noutra corrida, que se realizar posteriormente.
- 4- Os atletas Sub18 que participem nos 800 M ou prova de distância superior, não poderão participar em mais nenhuma corrida jornada, que se realizar posteriormente.(exceção da estafeta Medley, na final nacional).
- 5- Nos casos omissos será aplicado RGC da FPA.
- 6- Haverá medalhas para os três primeiros de cada prova e Taças às primeiras equipas.

SELECCÃO PARA A FINAL NACIONAL

- 1- A seleção da AAS poderá apresentar no máximo 33 atletas.
- 2- Na final nacional, cada atleta apenas poderá participar em 2 provas + Estafeta Medley.
- 3- **Para a constituição da seleção da AAS , a prova principal de avaliação será a FINAL DISTRITAL, mas NÃO SERÁ o único momento competitivo a ter em conta.**
- 4- A Final Nacional será realizada a 17 e 18 de maio, em Viana do Castelo.

INSCRIÇÕES NA PLATAFORMA ATÉ AO DIA 30-04