



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE SANTARÉM

1

Comunicado n° 29 – 2024-2025

CAMPEONATOS SANTARÉM ABSOLUTOS

PISTA DE ABRANTES

14/15 JUNHO 2025

1ª Jornada – Sábado 14.06

15.30	Martelo 4kg	Fem.	
	Vara	Masc.	a)
	100 M.	Masc.	Elim.
	Comprimento	Fem.	
15.45	100 M.	Fem.	Elim.
16.10	Altura	Fem.	b)
	Disco 1kg	Fem.	
16.15	400 M.	Masc.	Séries
16.30	400 M.	Fem.	Séries
16.50	Comprimento	Masc..	
	100 M.	Masc.	Final
17.00	100 M.	Fem.	Final
17.15	1500 M.	Masc.	Séries
17.30	1500 M.	Fem.	Séries
	Dardo 800gr.	Masc.	
	Peso 7,260 kg	Masc.	
17.50	4 x100 M.	Masc.	Séries
18.05	4 x100 M.	Fem.	Séries
18.20	3000 M Obst.	Fem.	
18.45	5000M.	Masc.	
19.15	5000M.Marcha	Masc.	
	5000M.Marcha	Fem.	

2ª Jornada – Domingo 15.06

09.30	5000 M.	Fem.	
10.10	3000 M.Obst.	Masc.	
	Vara	Fem.	c)
	Dardo 600gr	Fem.	
10.30	110 M.Barr	Masc	Elim.
10.50	100 M.Barr.	Fem.	Elim.
11.05	200 M.	Masc.	Séries
	Triplo salto	Masc.	e)
	Peso 4 kg	Fem.	
11.20	200 M.	Fem.	Séries
11.35	400 M.Barr	Masc.	Séries
	Martelo 7,260kg	Masc.	
11.50	400 M.Barr.	Fem.	Séries
	Altura	Masc.	d)
	Disco 2kg	Masc.	
12.05	800 M.	Masc.	Séries
12.15	800 M.	Fem.	Séries
	Triplo-salto	Fem..	f)
12.35	110 M.Barr.	Masc.	Final
12.45	100 M.Barr.	Fem	Final
12.55	4 x400 M.	Masc.	Séries
13.10	4 x400 M.	Fem.	Séries

- a) 2,20-2,40-2,60-2,80-3,00-3,10-3,20-3,30...
 b) 1,20-1,25-1,30-1,35-1,38-1,41-1,44....
 c) Inicia-se à mínima altura possível e sobe sempre de 10 em 10cm.
 d) 1,40 -1,45-1,50-1,55-1,60-1,63-1,66-1,75-1,78-1,81...
 e) Tábuas a 11 e 13m
 f) Tábuas a 9 e 11m.

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

REGULAMENTO:

- 1- Nestes Campeonatos os atletas Sub18 não poderão participar nas provas de 3000 M. Obstáculos, 5000 M., Lançamento do Peso 7,26Kg, Disco 2kg e Martelo 7,26kg. Não é permitida a participação de atletas Sub18.
- 2- Para a classificação coletiva apenas pontuará o primeiro classificado de cada equipa, sendo os restantes considerados atletas individuais. Cada clube só poderá pontuar com uma equipa por Estafeta.
- 3- Cada atleta poderá participar num máximo de 4 (quatro) provas, desde que uma delas seja a Estafeta curta (4x 100 M.) podendo participar no máximo em duas provas por dia.
- 4- Os atletas Sub18 que participem em corridas ou prova de Marcha de distância igual ou superior a 400 M., não poderão participar noutra corrida ou prova de Marcha, na mesma jornada. O mesmo se aplica aos atletas Sub20
- 5- Haverá classificação individual e coletiva sendo atribuída medalha aos 3 primeiros classificados de cada prova, medalha ao 1º veterano e Taça às primeiras equipas.

Nos casos omissos será aplicado o RGC, da FPA.

INSCRIÇÕES NA PLATAFORMA ATÉ AO DIA 11-06