



Associação de Atletismo de Aveiro

COMUNICADO OFICIAL N.º 32 – 2007/08

DATA: 19/Maio /08

**Taça Distrital de Lançamentos
Encontro de Selecções
Campeonato Distrital e Nacional de Veteranos
Campeonato Absoluto das Beiras
Emissão de Cartões de Monitores e Treinadores
5ª. Taça de Portugal de Corrida em Montanha**

Comunicamos a todos os Clubes nossos filiados das datas e respectivos calendários competitivos, alterações e emissão de cartões.

JUNHO DIA 7 (Sábado)

Taça Distrital de Lançamentos, irá ser completada em conjunto com os Camp. Distritais de Infantis e Iniciados, após a conclusão do lançamento de Disco para Iniciados Masculinos, será os Juvenis, Juniores e Seniores Femininos da Taça.

JUNHO DIA 10 (Terça) -Pista Centro de Estágio do Luso

Enviamos o Programa/Horário para sua substituição no livro de actividades página 56 que, por lapso saiu o programa da edição anterior.

JULHO DIAS 5 e 6 (Sábado e Domingo) -Pista de Atletismo de Aveiro

Seguem os Programas/Horários com as alterações aos escalões de Veteranos e substituir a página 62 e 63.

JULHO DIAS 12 e 13 (Sábado e Domingo) -Pista do Estádio Cidade de Coimbra

Junto enviamos os programas da competição e respectivos mínimos de participação.

Emissão de Cartões de Monitores e Treinadores

A Federação Portuguesa de Atletismo, através do seu Departamento de Formação está em condições de emitir Cartões de Monitores e Treinadores de Atletismo.

Para receberem os Cartões, os interessados deverão enviar o seu pedido para a Associação de Atletismo de Aveiro, que, após verificação do seu Grau e actividade dará despacho à sua emissão.

O preço do cartão é de **5 Euros**.

5ª. Taça de Portugal de corrida em Montanha

Realizam-se dias 8 de Junho – Subida Vale da Bouça (Covilhã) e 6 de Setembro – Subida da Calçada Romana (Guarda).

As inscrições são até 30 de Maio e 29 de Agosto via Associação Atletismo de Aveiro.



ENCONTRO DE SELECÇÕES

AVEIRO-COIMBRA-LEIRIA-CASTELO BRANCO/GUARDA/ VISEU - PORTO- MADEIRA-SANTARÉM

ORGANIZAÇÃO - Agrupamento Beiras / Associação de Atletismo de Aveiro

COLABORAÇÃO - Câmara Municipal da Mealhada

LOCAL - Pista de Atletismo do Centro de Estágios do Luso

DATA - 10 de Junho de 2008

1. NORMAS REGULAMENTARES

Este encontro destina-se às Selecções em representação de Aveiro, Coimbra, Leiria, Castelo Branco/Guarda/Viseu, Porto, Madeira e Santarém para os escalões de Juvenis, Juniores e Seniores.

Cada Selecção terá de enviar a constituição dos seleccionados para atribuição de dorsais, podendo participar dois atletas por prova

Cada Selecção terá que fazer a inscrição dos seus atletas em ficha própria até 30 minutos antes do início da respectiva prova.

Cada atleta só pode participar em duas provas mais a Estafeta (excluindo Juvenis).

Os atletas terão que estar na câmara de chamada 15 minutos antes do início da competição.

2. PRÉMIOS

Medalhas aos três primeiros de cada prova.

Troféu às seis equipas presentes.

Colectivamente será vencedora a equipa que no conjunto das provas do programa (Masc./Fem.) obtiver o maior número de pontos, de acordo com o seguinte esquema de pontuação: 14-13-12-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1.

Em caso de empate será vencedora a Selecção que tenha maior n.º de primeiros lugares.

3. INSCRIÇÕES

Cada Selecção terá que enviar a constituição dos seleccionados para atribuição de dorsais, podendo participar dois atletas por prova.

Cada Selecção terá que fazer a inscrição dos seus atletas em ficha própria até 30 minutos antes do início da respectiva prova.

4. APRESENTAÇÃO

Os atletas terão que estar na câmara de chamada 15 minutos antes do início da competição.

5. PROGRESSÃO DAS FASQUIAS

Altura: 1.50 – 1.55 – 1.60 – 1.65 – 1.68 – 1.71 – 1.74 – 1.77...

Vara: 2.00 – 2.10 – 2.20 – 2.30 – 2.40 – 2.45 – 2.50 – 2.55 – 2.60...

As características das provas de Barreiras são as previstas no Regulamento Geral de Competições.

6. PROGRAMA-HORÁRIO

		Corridas		Concursos		
16:30				Vara	M	1
16:45				Martelo 4 Kg	F	2
17:00	400 Bar 0.76	F		Altura	F	3
				Triplo	M	4
17:15	400 bar 0.91	M				
17:30	100 M	F		Dardo	M	2
17:45	100 M	M				
18:00	800 M	F		Comprimento	F	4
				Disco	M	3
				Peso	F	1
18:15	800 M	M				
18:30	3.000 M	F				
18:45	3.000 M	M				
19:00	4 x 100 M	F				
19:10	4 x 100 M	M				
	Beberete					

7. RESPONSÁVEL PELA COMPETIÇÃO

Delegado Técnico: Mário Cordeiro

**CAMPEONATO ABSOLUTO DAS BEIRAS****Coimbra**

12 e 13 de Julho de 2008

1 - INTRODUÇÃO

O Agrupamento das Beiras, liderado pela Associação Distrital Atletismo de Coimbra na época 2007/2008, irá organizar nos dias 12 e 13 de Julho de 2008, na Pista do Estádio Cidade de Coimbra, o campeonato supra referenciado.

2 - ÂMBITO

Nesta competição podem participar Atletas Juvenis, Juniores e Seniores representando clubes filiados em qualquer das Associações que integram o Agrupamento das Beiras, desde que possuam mínimos de participação e cumpram o disposto no Regulamento da Competição.

3 - PROGRAMA-HORÁRIO

1ª JORNADA – SÁBADO – 12 de JULHO de 2008				
Hora	Prova	Escalão	Sexo	Observações
15.45	Vara	Juv./Jun./Sen.	Femininos	a)
	Martelo	Juv./Jun./Sen.	Femininos	4 Kg
16.00	400 m Barreiras	Juv./Jun./Sen.	Femininos	Séries/0,76m
	Altura	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	b)
16.20	400 m Barreiras	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	Séries/0,914m
16.35	100 metros	Juv./Jun./Sen.	Femininos	Eliminatórias
16.50	100 metros	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	Eliminatórias
	Comprimento	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	
17.10	400 metros	Juv./Jun./Sen.	Femininos	Séries
	Dardo	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	800g
17.25	400 metros	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	Séries
17.40	1.500 metros	Juv./Jun./Sen.	Femininos	Séries
17.50	1.500 metros	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	Séries
18.05	100 metros	Juv./Jun./Sen.	Femininos	Final
	Peso	Jun./Sen.	Masculinos	7,260Kg
18.15	100 metros	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	Final
18.25	5.000 metros	Jun./Sen.	Masculinos	Séries
	Tripla Salto	Juv./Jun./Sen.	Femininos	Tábua 9m
	Disco	Juv./Jun./Sen.	Femininos	1 Kg
18.45	4 x100 metros	Juv./Jun./Sen.	Femininos	Séries
19.00	4 x100 metros	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	Séries
19.15	3.000 m Obstáculos	Jun./Sen.	Femininos	Séries/0,76m
19.30	10..000m Marcha	Juv./Jun./Sen.	Femininos	Pistas: 1 a 3
	10..000m Marcha	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	Pistas: 4 a 6

**2ª JORNADA – DOMINGO – 13 DE JULHO DE 2008**

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Observações
15.15	Vara	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	c)
	Martelo	Jun./Sen.	Masculinos	7,260Kg
15.30	110 m Barreiras	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	Eliminatórias/1,067m
15.50	100 m Barreiras	Juv./Jun./Sen.	Femininos	Eliminatórias/0,84m
16.05	200 metros	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	Eliminatórias
16.20	200 metros	Juv./Jun./Sen.	Femininos	Eliminatórias
	Comprimento	Juv./Jun./Sen.	Femininos	
16.35	800 metros	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	Séries
	Disco	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	2 Kg
16.50	800 metros	Juv./Jun./Sen.	Femininos	Séries
17.10	110 m Barreiras	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	Final/1,067m
	Altura	Juv./Jun./Sen.	Femininos	d)
	Peso	Juv./Jun./Sen.	Femininos	4 Kg
17.25	100 m Barreiras	Juv./Jun./Sen.	Femininos	Final/0,84m
17.40	200 metros	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	Final
	Triplo Salto	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	Tábua 11m
	Dardo	Juv./Jun./Sen.	Femininos	600g
17.50	200 metros	Juv./Jun./Sen.	Femininos	Final
18.00	3.000 metros	Juv./Jun./Sen.	Femininos	Séries
18.20	3.000 m Obstáculos	Jun./Sen.	Masculinos	Séries/0,914m
18.35	4 x400 metros	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	Séries
18.45	4 x400 metros	Juv./Jun./Sen.	Femininos	Séries

PROGRESSÃO DAS FASQUIAS

a)	1,80	2,00	2,20	2,40	2,50	2,60	2,70	2,80	2,86	...+ 6 cm
b)	1,70	1,75	1,80	1,85	1,90	1,93	1,96	1,98	2,00	...+ 2 cm
c)	2,80	3,00	3,20	3,40	3,55	3,70	3,85	3,95	4,03	...+ 8 cm
d)	1,30	1,35	1,40	1,45	1,50	1,53	1,56	1,58	1,60	...+ 2 cm

4 - REGULAMENTO DA COMPETIÇÃO

- Podem participar todos os atletas que tenham alcançado os mínimos de participação referenciados no ponto 7.
- Cada Clube pode apresentar no máximo quatro atletas por prova e uma equipa de estafeta. Dos quatro atletas por prova só os dois melhores pontuarão para a classificação colectiva.
- Os clubes que não tenham nenhum atleta com mínimos, no conjunto de todas as provas do programa, poderão inscrever um atleta masculino e outro feminino numa das corridas disputadas por séries.



- d) Os Atletas podem participar em duas provas por dia, num máximo de três no conjunto dos dois dias, respeitando o Regulamento Geral de Competições, nomeadamente os atletas Juvenis e Juniores.
- e) As corridas de distância igual ou superior a 400 metros, bem como as corridas de estafetas, serão realizadas por séries.
- f) Se um atleta faltar a alguma das provas em que se inscreveu e confirmou a participação, ou não comparecer a uma final para a qual se qualificou, sem apresentar justificação prévia e válida não será autorizado a participar nas restantes.
- g) Haverá classificações individuais em cada uma das provas e classificação colectiva em Masculinos e Femininos.
- h) A classificação colectiva será encontrada pelo somatório dos pontos alcançados pelos atletas classificados nos 12 primeiros lugares da cada prova (1º 12p, 2º 11p, 3º 10p, 4º 9p, 5º 8p, 6º 7p, 7º 6p, 8º 5p, 9º 4p, 10º 3p, 11º 2p, 12º 1 ponto), desde que as marcas alcançadas sejam iguais ou melhores do que os mínimos de participação/pontuação e de acordo com o definido no ponto 4 b).
- i) Será considerado Campeão das Beiras, em Masculinos e Femininos o Clube cuja equipa obtiver o maior número de pontos.

5 - INSCRIÇÕES

Deverão ser realizadas em ficha própria, preenchendo todos os dados nela solicitados, com especial atenção aos mínimos de participação.

Os Clubes devem enviar as inscrições para a sua Associação a que pertencem, até ao dia 09 de Julho de 2008.

Cada Associação deve verificar de forma rigorosa os elementos constantes das fichas de inscrição, devendo remetê-las à Associação organizadora até ao dia 10 de Julho de 2008.

Em caso de ser detectada alguma anomalia ao estipulado nos Regulamentos em vigor, o(s) atleta(s) infractor(es) não será(ão) admitido(s) na competição.

A confirmação das inscrições deverá ser feita até uma hora antes do horário previsto para o início da respectiva prova.

Os Atletas terão de se apresentar na Câmara de Chamada dentro dos seguintes tempos limite:

Corridas de velocidade e barreiras	***** 20 minutos antes *****
Meio Fundo e Marcha	***** 10 minutos antes *****
Saltos	***** 30 minutos antes *****
Lançamento	***** 30 minutos antes *****

**6 - SECRETARIADO**

Os resultados oficiais ficarão a cargo da Associação Distrital Atletismo de Coimbra.

7 - MÍNIMOS DE PARTICIPAÇÃO E DE PONTUAÇÃO

Prova	Masc.	Fem.	Prova	Masc.	Fem.
100 m	11.84 / 11.6	13.94 / 13.7	4x400 M	S/ mínimos	S/ mínimos
200 m	24.04 / 23.8	28.94 / 28.7	10.000m Marcha	1:00.00	1:10.00
400 m	53.74 / 53.6	68.64 / 68.5	Altura	1,75m	1,35m
800 m	2.03,00	2.32,0	Vara	3,00m	2,00m
1.500 m	4.10,00	5.20,0	Comprimento	6,15m	4,60m
5.000 m	16.30,00	x	Triplo Salto	12,50m	9,40m
110/100 m Barr	17.84 / 17.6	18.24 / 18.0	Peso	11,00m	8,30m
400 m Barr.	60.64 / 60.5	76.64 / 76.5	Disco	31,00m	23,00m
3.000 m Obst.	10.20,00	13.00,00	Dardo	40,00m	24,00m
4x100 m	S/ mínimos	S/ mínimos	Martelo	34,00m	23,00m

O prazo de obtenção de mínimos de participação nas provas que o exijam é entre 16 de Outubro de 2006 e 05 de Julho de 2008 (inclusive).

8 - PRÉMIOS

Serão distribuídos medalhões aos 3 primeiros classificados em cada escalão/sexo.

Serão atribuídas Taças ou Troféus às 3 primeiras equipas classificadas Masculinas e Femininas.

9 - DIRECÇÃO E OFICIAIS DE COMPETIÇÃO

Director da Competição	A Nomear
Director da Reunião	A Nomear
Delegado da Organização	A Nomear
Delegado Técnico	A Nomear
Juízes – Árbitros	A Nomear
Júri de Apelo	A Nomear

CAMPEONATO DISTRITAL DE VETERANOS

CAMPEONATO NACIONAL DE VETERANOS

ORGANIZAÇÃO - Associação de Atletismo de Aveiro

COLABORAÇÃO - Universidade de Aveiro
Comissão Nacional de Veteranos

LOCAL - Pista de Atletismo de Aveiro

DATA - 5 e 6 de Julho de 2008

1. NORMAS REGULAMENTARES

1.1 Campeonato Distrital - Este Campeonato destina-se a atletas veteranos masculinos e femininos filiados na Associação de Atletismo de Aveiro.

Cada Atleta pode participar em duas provas por dia, num máximo de três provas individuais e no conjunto das duas jornadas.

Cada Clube pode inscrever um número ilimitado de atletas por prova. No entanto, apenas os 3 melhores classificados (em cada escalão) serão considerados para efeitos de class. colectiva; os restantes serão considerados individuais.

Serão elaboradas classificações individuais e colectivas, sendo a classificação colectiva elaborada de acordo com o seguinte esquema de pontuação em cada prova: 8 - 7 - 6 - 5 - 4 - 3 - 2 - 1.

Os desempates nas classificações colectivas serão feitos a favor dos clubes que obtiverem mais primeiros lugares no conjunto das provas do programa; se o empate subsistir, aplica-se o mesmo critério em relação aos segundos lugares e assim sucessivamente.

1.2 Campeonato Nacional de Veteranos - Este Campeonato destina-se a todos os atletas veteranos (com mais de 35 anos na data da competição), masculinos e femininos, que estejam inscritos na Comissão Nacional de Veteranos ou na F.P. Atletismo ou no INATEL.

Cada Clube pode inscrever um número ilimitado de atletas por prova.

Cada atleta pode participar em duas (2) provas por dia, num máximo de três (3) no conjunto das duas jornadas.

Este Campeonato terá apenas classificações individuais por escalão. Os escalões a considerar terão em conta a idade dos atletas no dia da competição e serão agrupados de acordo com o previsto para as competições internacionais de veteranos (5 anos).

Apenas haverá medalha para o 1.º classificado (Campeão Nacional) de cada escalão.

PRÉMIOS

Medalhas para os três primeiros Veteranos de cada escalão.

Taças às três primeiras equipas.

2. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão ser feitas no secretariado até 30m antes do início da respectiva prova, com indicação da melhor marca obtida desde 01-11-2006.

3. APRESENTAÇÃO

Corridas: 10 minutos antes do horário previsto - Concursos: 20 minutos antes do horário previsto

4. PROGRESSÃO DAS FASQUIAS, ENGENHOS E BARREIRAS

A Progressão das Fasquias, Engenhos e Barreiras será de acordo com o Regulamento Especifico dos Veteranos. As alturas iniciais e progressão da fasquia serão definidas no dia da competição pelo Delegado Técnico que terá em consideração o nível dos atletas presentes.

5. CARACTERISTICAS DAS PROVAS DE BARREIRAS

Sexo	Escalão	Distância	N.º bar	altura bar	Partida à 1ª Barr	Entre bar	Últ. Bar à meta
FEMININO	35-39	100 m	10	0,840	13,00	8,50	10,50
		400m	10	0,762	45,00	35,00	40,00
	40-49	80m	8	0,762	12,00	8,00	12,00
		400m	10	0,762	45,00	35,00	40,00
	50-59	80m	8	0,762	12,00	7,00	19,00
		300m	7	0,762	50,00	35,00	40,00
+ 60	80m	8	0,686	12,00	7,00	19,00	
	300m	7	0,686	50,00	35,00	40,00	
MASCULINO	35-49	110	10	0,991	13,72	9,14	14,02
		400	10	0,914	45,00	35,00	40,00
	50-59	100	10	0,914	13,00	8,50	10,50
		400	10	0,840	45,00	35,00	40,00
	60-69	100	10	0,840	16,00	8,00	12,00
		300	7	0,762	50,00	35,00	40,00
	70-79	80	8	0,762	12,00	7,00	19,00
		300	7	0,686	50,00	35,00	40,00
	+ 80	80	8	0,686	12,00	7,00	19,00
		300	7	0,686	50,00	35,00	40,00

6. CARACTERISTICAS DOS OBSTÁCULOS

Sexo	Escalão	Distância	Alt . obst	Entre obst	Últ. à meta	total obst	Total Valas
FEMININO	+ 35	2000	0,762	79m	62,20	18	5
MASCULINO	35 - 59	3000	0,914	79m	62,20	28	7
	+ 60	2000	0,762	79m	62,20	18	5

7. CARACTERISTICAS DOS LANÇAMENTOS

SEXO	ESCALÃO	PESO	DISCO	DARDO	MARTELO
FEMININO	35-49	4,0	1,0	0,600	4,0
	50-59	3,0	1,0	0,500	3,0
	60 - 79	3,0	1,0	0,400	3,0
	+ 80	3,0	0,75	0,400	3,0
MASCULINO	35-49	7,260	2,0	0,800	7,260
	50-59	6,0	1,5	0,700	6,0
	60-69	5,0	1,0	0,600	5,0
	70-79	4,0	1,0	0,500	4,0
	+ 80	3,0	1,0	0,400	3,0

8. ESCALÕES DE VETERANOS

Veterano I	35 a 39 anos	Veteranos VI	60 a 64 anos
Veterano II	40 a 44 anos	Veteranos VII	65 a 69 anos
Veterano III	45 a 49 anos	Veteranos VIII	70 a 74 anos
Veteranos IV	50 a 54 anos	Veteranos IX	75 a 79 anos
Veteranos V	55 a 59 anos	Veteranos X	+ 80 anos

Programa Horário				
Campeonato Distrital / Nacional de Veteranos				
HORA	PROVA		ESCALÃO	SEXO
16h00	400 – 300 BAR	Séries	Veteranos	Fem - Masc
	Vara		Veteranos	Fem - Masc
	Martelo		Veteranos	Mas
	Peso		Veteranos	Fem
	Comprimento		Veteranos	Mas
17h00	100 metros	séries	Veteranos	Fem
17h15	100 metros	séries	Veteranos	Mas
17h30	400 M	Séries	Veteranos	Fem
17h45	400 M	Séries	Veteranos	Mas
	Altura		Veteranos	Fem - Mas
18h00	1.500 M	Séries	Veteranos	Fem
18h15	1.500 M	Séries	Veteranos	Mas
	Dardo		Veteranos	Fem
	Triplo Salto		Veteranos	Fem
	Disco		Veteranos	Mas
18h30	5.000 M		Veteranos	Fem - Mas
18h50	5.000 Marcha		Veteranos	Fem - Masc
19h10	4x100 M		Veteranos	Fem
19h20	4x100 M		Veteranos	Mas
Sábado 5 Julho/08				
HORA	PROVA		ESCALÃO	SEXO
9h00	110 -100-80m barr	séries	Veteranos	Fem - Masc
	Martelo		Veteranos	Fem
	Peso		Veteranos	Masc
	Triplo Salto		Veteranos	Mas
9h30	200 metros	séries	Veteranos	Mas
9h45	200 metros	séries	Veteranos	Fem
10h00	3.000 m obstác.		Veteranos	Fem - Masc
	Dardo		Veteranos	Masc
	Disco		Veteranos	Fem
	Comprimento		Veteranos	Fem
10h20	3.000 metros		Veteranos	Fem - Masc
10h40	800 m	séries	Veteranos	Mas
10h55	800 m	séries	Veteranos	Fem
11h10	4x400 m	séries	Veteranos	Fem
11h25	4x400 m	séries	Veteranos	Mas
Domingo 6 Julho/08				

9. RESPONSÁVEL PELA COMPETIÇÃO

Delegado Técnico: António Beça