



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO

Campeonato Distrital de Sub 16 (Iniciados)
Pista de Atletismo do Estádio Municipal de Vagos
23 e 24 de Maio de 2026



Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
15H30	80 Metros	Sub/14-Sub/16	Fem.	Elim.	
	Lançam. Martelo (4 Kg.)	Sub/14-Sub/16	Masc.	Final	
	Dardo (500 grs.)	Sub/14-Sub/16	Fem.	Final	
15H50	80 Metros	Sub/14-Sub/16	Masc.	Elim.	
16H10	100 M/Bar. (0,84)	Sub/14-Sub/16	Masc.	Series	10 Bar.-13,00-8,50-10,50
16H25	80 M/Bar. (0,76)	Sub/14-Sub/16	Fem.	Series	8 Bar.-12,00-8,00-12,00
	Altura	Sub/14-Sub/16	Masc.	Final	1,23-1,28-1,33-1,38-1,43-1,46-1,49...
	Vara	Sub/14-Sub/16	Fem.	Final	Progressão da fasquia de acordo com os técnicos dos atletas presentes
16H40	80 Metros	Sub/14-Sub/16	Fem.	Final.	
16H50	80 Metros	Sub/14-Sub/16	Masc.	Final	
17H00	1.500 Metros	Sub/14-Sub/16	Fem.	Series	
17H15	1.500 Metros	Sub/14-Sub/16	Masc.	Series	
	S. Comprimento	Sub/14-Sub/16	Fem.	Final	
	Disco (0,750 grs.)	Sub/14-Sub/16	Fem	Final	
17H30	1.500 M/Obst.	Sub/16	Fem	Series	Sem vala de água
17H45	1.500 M/Obst.	Sub/16	Masc.	Series	Sem vala de água
18H00	4x80 Metros	Sub/14-Sub/16	Fem.	Series	
	Triplo Salto	Sub/16	Masc.	Final	Tábua de acordo com os atletas
	Disco (1 Kg.)	Sub/14-Sub/16	Masc.	Final	
18H15	4x80 Metros	Sub/14-Sub/16	Masc.	Series	

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
09H30	Martelo (3 Kg.)	Sub/14-Sub/16	Fem.	Final	
	Peso (4 Kg.)	Sub/14-Sub/16	Masc.	Final	
	Lançam. Peso (3Kg.)	Sub/14-Sub/16	Fem.	Final	
	300 Metros	Sub/16	Fem.	Series	
09H45	300 Metros	Sub/16	Masc.	Series	
10H00	300 M/Bar. (0,76)	Sub/16	Fem	Series	7 bar.-50,00-35,00-40,00
10H20	300 M/Bar. (0,76)	Sub/16	Masc.	Series	7 Bar.-50,00-35,00-40,00
	Salto com Vara	Sub/14-Sub/16	Masc.	Final	Progressão da fasquia de acordo com os técnicos dos atletas presentes
	Altura	Sub/14-Sub/16	Fem.	Final	1,15-1,20-1,25-1,30-1,35-1,38 ...
10H35	800 Metros	Sub/14-Sub/16	Fem.	Series	
10H50	800 Metros	Sub/14-Sub/16	Masc.	Series	
11H05	4.000 M/Mx	Sub/16	Fem.	Series	
11H05	4.000 M/Mx	Sub/16	Masc.	Series	
	Dardo (600 grs.)	Sub/14-Sub/16	Masc.	Final	
	Salto em Comprimento	Sub/14-Sub/16	Masc.	Final	
	Triplo Salto	Sub/16	Fem.	Final	Tábua de acordo com os atletas.

Campeonato Distrital de Sub/16

1	Estes campeonatos destina-se a atletas masculinos e femininos dos escalões de Sub/14 (infantis) e Sub/16 (iniciados), filiados na AA Aveiro.
2	Os atletas devem apresentar-se com o dorsal que lhes foi atribuído para a época de 2026.
3	Atletas de outras Associações congêneres devem adquirir o dorsal para a época no valor de 5,00 €
4	As inscrições são feitas através da plataforma ONLINE, fpacompeticoes.pt, até à quarta-feira que antecede a competição. Todos os Clubes Técnicos ou atletas, terão de fazer a confirmação de participação nas suas provas, corridas ou concursos, até 90 minutos antes do horário previsto para o início da prova; passado este prazo, não haverá possibilidade de o fazer.
5	O número de provas que cada um pode participar em competições de âmbito Regional/Distrital, só poderão participar no máximo de duas (2) provas por jornada, num total de três (3) no conjunto das duas.
6	Atletas Sub/16, não é permitida a participação, no mesmo dia, em mais do que uma prova de distancia igual ou superior a 300 m, podendo, no entanto, participar noutras provas (concursos ou corridas, incluindo qualquer percurso em estafetas), desde que respeitando o definido na alínea seguinte: a) Os atletas do escalão de Sub/16 que participem em provas de distância igual ou superior a 800 m não podem, posteriormente no mesmo dia, participar noutras provas de corrida ou de marcha, sendo esta limitação extensiva às provas de estafetas.
7	Os atletas Sub/14 não é permitida a participação, no mesmo dia, em mais que uma prova de distancia igual ou superior a 150 m, podendo, no entanto, participar noutras provas (concursos ou corridas, incluindo qualquer percurso em estafetas), desde que respeitando o definido na alínea seguinte: a) Os atletas do escalão de Sub/14 que participem em provas de distância igual ou superior a 600 m não podem, posteriormente no mesmo dia, participar noutras provas de corrida ou marcha, sendo esta limitação extensiva as provas de estafetas.
8	Os atletas do escalão de Sub/14 poderão participar em provas das competições do escalão de Sub/16, com exceção das seguintes: 300 m, 300 m/bar., 1.500 m/Obst., 4.000 m/Marcha atlética e Triplo Salto.
9	Serão elaboradas classificações individuais e coletivas, sendo as classificações coletivas elaboradas de acordo com o seguinte esquema de pontuação em cada prova: 8-7-6-5-4-3-2-1.
10	Os desempates nas classificações coletivas 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.
11	Prémios: Medalhas aos três primeiros classificados de cada prova Taças às três primeiras equipas de cada género
12	Os atletas devem ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para a correta colocação do dorsal.
13	DORSAL indispensável para qualquer competição organizada pela Associação Atletismo de Aveiro.
14	Serão penalizados os atletas que não participem com o dorsal original (2,00 €).