



## ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO

Campeonato Distrital de Lançamentos Longos  
Pista de Atletismo Estádio Municipal de Vagos  
08 de Fevereiro de 2025



Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs.:
09H30	Lançamento de Dardo (500 grs.)	Sub/18	Fem.	Final	
	Lançamento de Martelo (5 Kg.)	Sub/18	Masc.	Final	
10H30	Lançamento de Dardo (700 grs.)	Sub/18	Masc.	Final	
	Lançamento de Martelo (3 Kg.)	Sub/18	Fem.	Final	
11H30	Lançamento de Disco (1 Kg.)	Sub/18	Fem.	Final	
	Lançamento de Disco (1,500 Kg.)	Sub/18	Masc.	Final	

## Seguido

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs.:
13H00	Lançamento de Dardo (600 grs.)	Sub/20	Fem.	Final	
	Lançamento de Dardo (600 grs.)	Sub/23 e Sen.	Fem.	Final	
	Lançamento de Martelo (6 Kg.)	Sub/20	Masc.	Final	
	Lançamento de Martelo (7,260 Kg.)	Sub/23 e Sen.	Masc.	Final	
14H00	Lançamento de Martelo (4 Kg.)	Sub/20	Fem.	Final	
	Lançamento de Martelo (4 Kg.)	Sub/23 e Sen	Fem.	Final	
	Lançamento de Dardo (800 grs.)	Sub/20	Masc.	Final	
	Lançamento de Dardo (800 grs.)	Sub/23 e Sen.	Masc.	Final	
15H00	Lançamento de Disco (1 Kg.)	Sub/20	Fem.	Final	
	Lançamento de Disco (1 Kg.)	Sub/23 e Sen.	Fem.	Final	
16H00	Lançamento de Disco (1,750 Kg.)	Sub/20	Masc.	Final	
	Lançamento de Disco (2 Kg.)	Sub.23/Sen.	Masc.	Final	

## Regulamento

Nº.	Designação
1	Associação de Atletismo de Aveiro vai realizar, no dia 8 de Fevereiro de 2025, o Campeonato Distrital de Inverno de Lançamentos Longos.
2	Este campeonato destina-se a atletas de Sub/18, Sub/20, Sub/23 e Seniores, masculinos e femininos, filiados na Associação de Atletismo de Aveiro.
3	Os atletas terão que se apresentar com o dorsal atribuído para a época 2025.
4	<b>Atletas de outras Associações congéneres terão de realizar a aquisição do dorsal para a época no valor de 5,00 €</b>
5	<p>As inscrições são feitas através da plataforma ONLINE, <a href="http://fpacompeticoes.pt">fpacompeticoes.pt</a>, até à Quarta-feira que antecede a competição. No entanto, os atletas de outras Associações Distritais deverão ter em conta o previsto no artigo 4º deste regulamento.</p> <p><b>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.</b></p>
6	<p><b>Os atletas das outras Associações só têm direito a participar nos três (3) primeiros lançamentos.</b></p> <p><b>Nota: No caso de não haver 8 atletas de Aveiro podem realizar mais 3 lançamentos</b></p>
7	Cada atleta pode participar em duas provas do programa, desde que sejam previstas para o seu escalão etário.
8	Este campeonato terá classificações individuais por prova.
9	Prémios: medalhas para os três (3) primeiros em cada escalão/género
10	Os atletas devem ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para a correta colocação do dorsal.
11	<b>DORSAL indispensável para qualquer competição organizada pela Associação Atletismo de Aveiro.</b>
12	<b>Atletas serão penalizados pela falta de dorsal original</b>