ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO

Campeonato Distrital Absoluto

Campeonato Distrital de Sub/23

Pista de Atletismo Estádio Municipal de Vagos

21 e 22 de Junho de 2025

3º. Jornada

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
15H00	100 Metros	Sub.18 a Master	Fem.	Elim.	
	Martelo (4Kg.)	Sub.18 a Master	Fem.	Final	
	Comprimento	Sub.18 a Master	Masc.	Final	
15H15	100 Metros	Sub.18 a Master	Masc.	Elim.	
15H30	400 Metros	Sub.18 a Master	Fem.	Series	
15H40	400 Metros	Sub.18 a Master	Masc.	Series	
15H55	1.500 Metros	Sub.18 a Master	Fem.	Series	
	Altura	Sub.18 a Master	Fem.	Final	1,30-1,35-1,40-1,45-1,48-1,51-1,54-1,57-1,60-1,63-...
	Vara	Sub.18 a Master	Masc.	Final	2.50-2.70-2.90-3.10-3.30-3.50-3.60-3.70-3.80-3.90...
16H10	1.500 Metros	Sub.18 a Master	Masc.	Series	
16H25	100 Metros	Sub.18 a Master	Fem.	Final	**A**
	100 Metros	Sub.18 a Master	Fem.	Final	**B**
16H35	100 Metros	Sub.18 a Master	Masc.	Final	**A**
	100 Metros	Sub.18 a Master	Masc.	Final	**B**
16H50	3.000 M/Obst.	Sub.20 a Master	Fem.	Series	
	Peso (7.260Kg.)	Sub.20 a Master	Masc.	Final	
	Disco (1Kg.)	Sub.18 a Master	Fem.	Final	
17H05	3.000 M/Obst.	Sub.20 a Master	Masc.	Series	
17H35	5.000 Metros	Sub.20 a Master	Fem.	Series	
18H05	5.000 Metros	Sub.20 a Master	Masc.	Series	
	Comprimento	Sub.18 a Master	Fem.	Final	
	Dardo (800 Grs.)	Sub.18 a Master	Masc.	Final	
18H35	4x100 Metros	**Sub/18 a Sub/23**	Fem	Final	**Só para atletas até Sub/23**
18H45	4x100 Metros	**Sub/18 a Sub/23**	Masc.	Final	**Só para atletas até Sub/23**
19H00	5.000 Metros/Mx	Sub.18 a Master	Fem.	Series	
	5.000 Metros/Mx	Sub.18 a Master	Masc.	Series	

4ª. Jornada

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
09H00	3.000 Metros	Sub.18 a Master	Fem.	Series	
	Martelo (7.260Kg.)	Sub.20 a Master	Masc.	Final	
	Triplo	Sub.18 a Master	Fem.	Final	Tábua a 9 metros
09H15	3.000 Metros	Sub.18 a Master	Masc..	Series	
09H30	100 M/Bar. (0.84)	Sub.18 a Master	Fem.	Elim.	10 bar.-13,00-8,50-10,50
09H45	110 M/Bar. (1.06)	Sub.18 a Master	Masc.	Elim.	10 bar.-13,72-9,14-14,02
	Peso (4Kg.)	Sub.18 a Master	Fem.	Final	
	Vara	Sub.18 a Master	Fem.	Final	2,00-2,10-2,20-2,30-2,40-2,50-…
10H00	200 Metros	Sub.18 a Master	Fem.	Series	
10H15	200 Metros	Sub.18 a Master	Masc.	Series	
10H30	400 M/Bar. (0.76)	Sub.18 a Master	Fem.	Series	
	Triplo	Sub.18 a Master	Masc.	Final	Tábua a 11 metros
	Dardo (600 Grs.)	Sub.18 a Master	Fem.	Final	
10H45	400 M/Bar. (0.91)	Sub.18 a Master	Masc.	Series	10 bar.-45,00-35,00-40,00
11H00	100 M/Bar. (0.84)	Sub.18 a Master	Fem.	Final	
	Altura	Sub.18 a Master	Masc.	Final	1,40-1,45-1,50-1,55-1,60-1,65-1,70-1,73-1,76-1,79…
	Disco (2Kg.)	Sub.18 a Master	Masc.	Final	
11H10	110 M/Bar. (1.06)	Sub.18 a Master	Masc.	Final	
11H25	800 Metros	Sub.18 a Master	Fem.	Series	
11H40	800 Metros	Sub.18 a Master	Masc.	Series	
11H55	4x400 Metros	**Sub/18 a Sub/23**	Fem.	Series	**Só para atletas até Sub/23**
12H10	4x400 Metros	**Sub/18 a Sub/23**	Masc.	Series	**Só para atletas até Sub/23**

Nota: O programa pode ser ajustado

Regulamento Campeonato Distrital de Esperanças (Sub/23)

1	Este campeonato destina-se a atletas Sub/18, Sub/20 e Sub/23 masculinos e femininos, filiados na Associação de Atletismo de Aveiro.
2	Atletas terão que se apresentar com o dorsal atribuído para 2025.
3	**Atletas de outras Associações congéneres terão de efetuar o pagamento de 5,00 € pelo dorsal que servirá para a época**
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 em que cada atleta poderá participar em competições de âmbito regional/distrital, será até ao limite de duas (2) por jornada, num máximo de três (3) no conjunto das duas jornadas.**
6	Aos atletas Sub/18 não é permitida a participação, no mesmo dia, em mais do que uma prova individual de corrida ou marcha de distância igual ou superior a 300 m.
7	Os atletas do escalão de Sub/18, ao participarem em provas de escalões superiores, não poderão competir nas seguintes disciplinas: 3.000 M/Obst., 5.000 M, no lançamento de peso de 7.260kg e no lançamento de martelo de 7.260kg.
8	Aos atletas Sub/20 não é permitida a participação no mesmo dia em mais que uma prova individual de corrida ou marcha de distância igual ou superior a 400 m.
9	Os atletas Sub/20, para além das provas para o seu escalão etário, poderão participar em todas as provas das competições do escalão sénior, com exceção dos 10.000 m.
10	Apresentação: corridas: 10 minutos e Concursos 20 minutos antes do horário de início da prova.
11	Serão elaboradas classificações individuais e coletivas, por género, sendo esta última elaborada de acordo com o seguinte esquema de pontuação em cada prova: 8-7-6-5-4-3-2-1.
12	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
13	Prémios: Medalhas aos três primeiros de cada prova. Taças às três primeiras equipas das classificações coletivas masculinas e femininas.
14	Os atletas devem ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para a correta colocação do dorsal.
15	**DORSAL indispensável para qualquer competição organizada pela Associação Atletismo de Aveiro.**
16	**Serão penalizados os atletas que não utilizarem o dorsal original.**

Nota: **Os resultados das provas de 10.000 M planos realizados em 19 de Abril de 2025, serão contabilizados no final da 3ª. Jornada.**

Campeonato Distrital Absoluto

1	Estes campeonatos destinam-se a atletas Sub/18, Sub/20 Sub/23 e Seniores masculinos e femininos, filiados na associação de atletismo de Aveiro.
2	Atletas terão que se apresentar com o dorsal atribuído para 2025.
3	**Atletas de outras Associações congéneres terão de efetuar o pagamento de 5,00 € pelo dorsal que servirá para a época**
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 em que cada atleta poderá participar em competições de âmbito regional/distrital, será até ao limite de duas (2) por jornada, num máximo de três (3) no conjunto das duas jornadas.**
6	Aos atletas Sub/18 não é permitida a participação, no mesmo dia, em mais do que uma prova individual de corrida ou marcha de distância igual ou superior a 300 m.
7	Os atletas do escalão de Sub/18, ao participarem em provas de escalões superiores, não poderão competir nas seguintes disciplinas: 3.000 M/Obst., 5.000 M, no lançamento de peso de 7.260kg e no lançamento de martelo de 7.260kg.
8	Aos atletas Sub/20 não é permitida a participação no mesmo dia em mais que uma prova individual de corrida ou marcha de distância igual ou superior a 400 m.
9	**Os atletas Sub/20, para além das provas para o seu escalão etário, poderão participar em todas as provas das competições do escalão sénior, com exceção dos 10.000 m.**
10	Apresentação câmara de chamada: Corridas 10' e concursos 20' antes do horário previsto
11	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.
12	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.
13	Prémios: Medalhas para os três primeiros de cada prova Taças às três primeiras equipas (Masc. e Fem.)
14	Os atletas devem ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para a correta colocação do dorsal.
15	**DORSAL indispensável para qualquer competição organizada pela Associação Atletismo de Aveiro.**
16	**Serão penalizados os atletas que não utilizem o dorsal original.**

Nota: **Os resultados das provas de 10.000 M planos, 4x100 metros, 4x400 metros realizados em 19 de Abril e de 2025, serão contabilizados no final da 4ª. Jornada.**