



## ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO

Campeonato Distrital Absoluto  
Campeonato Distrital de Sub/23  
Pista de Atletismo do Centro de Estágios do Luso  
21 e 22 de Janeiro de 2023



Horário	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs.
14H30	60 Metros planos	Juv. a Sen.	Fem.	Elim.	
	Salto em Comprimento	Juv. a Sen.	Fem.	Final	
	Salto em Altura	Juv. a Sen.	Masc.	Final	1,41-1,46-1,51-1,56-1,61-1,64-1,67-1,70-1,73- 1,76- 1,79,...
14H45	60 Metros planos	Juv. a Sen.	Masc.	Elim.	
15H00	5.000 M/Marcha	Juv. a Sen.	Masc.	Final	
	3.000 M/Marcha	Juv. a Sen.	Fem.	Final	
15H15	Lançamento Peso (4 Kg.)	Juv. a Sen.	Fem.	Final	
	Salto com Vara	Juv. a Sen.	Fem.	Final	2,00-2,10-2,20 ...
15H30	60 Metros planos	Juv. a Sen.	Fem.	Final	
15H40	60 Metros planos	Juv. a Sen.	Masc.	Final	
15H55	1.500 Metros	Juv. a Sen.	Fem.	Séries	
	Triplo Salto	Juv. a Sen.	Masc.	Final	Tábua de 11 metros
16h10	1.500 Metros	Juv. a Sen.	Masc.	Séries	
16H25	400 Metros planos	Juv. a Sen.	Fem.	Séries	
16H40	400 Metros planos	Juv. a Sen.	Masc.	Séries	

Horário	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs.
09h30	60 Metros/Bar. (0,84)	Juv. a Sen.	Fem.	Elim.	5 Bar. 0,84 – 13,00 – 08,50 – 13,00
	Salto com Vara	Juv. a Sen.	Masc.	Final	2,30- 2,50- 2,70- 2,90- 3,00 - ...
	Triplo Salto	Juv. a Sen.	Fem.	Final	Tábua de 9 metros
09h45	60 Metros/Bar. (1,06)	Juv. a Sen.	Masc.	Elim.	5 Bar. 1,06 – 13,72 – 09,14 – 09,72
10H00	200 Metros	Juv. a Sen.	Fem.	Series	
10H15	200 Metros	Juv. a Sen.	Masc.	Series	
10h30	800 Metros	Juv. a Sen.	Fem.	Séries	
	Salto em Comprimento	Juv. a Sen.	Masc.	Final	
	Salto em Altura	Juv. a Sen.	Fem.	Final	1,28 – 1,33 - 1,38 – 1,43 – 1,46 – 1,49 – 1,52 – 1,55 – 1,58...
10H45	800 Metros	Juv. a Sen.	Masc.	Séries	
11h00	60 Metros /Bar.	Juv. a Sen.	Masc.	Final	5 Bar. 1,06 – 13,72 – 09,14 – 09,72
11H10	60 Metros/Bar.	Juv. a Sen.	Fem.	Final	5 Bar. 0,84 – 13,00 – 08,50 – 13,00
	Lançamento de Peso (7,260 Kg.)	Jun. a Sen.	Masc.	Final	
11H20	3.000 Metros	Juv. a Sen.	Fem.	Séries	
11H40	3.000 Metros	Juv. a Sen.	Masc.	Séries	
11H50	4x 400 Metros	Juv. a Sen.	Fem.	Séries	
12H00	4x400 Metros	Juv. a Sen.	Masc.	Séries	

## Regulamento

1	A Associação de Atletismo de Aveiro vai realizar, nos dias 21 e 22 de Janeiro, o Campeonato Distrital de Sub/23 e Campeonato Distrital Absoluto.
2	Estes Campeonatos destinam-se a atletas Juvenis, Juniores, Sub/23 e Seniores, masculinos e femininos, filiados na Associação de Atletismo de Aveiro. Os atletas filiados na AAA devem apresentar-se com o dorsal que lhes foi atribuído para a época 2023.
3	Cada Clube pode inscrever um número ilimitado de atletas por prova.
4	<b>A participação de atletas filiados em outras Associações Distritais será sujeita a parecer da Direção Técnica Distrital. Só será avaliada se o pedido de participação der entrada até às 12 horas da quarta-feira que antecede a competição, através do e-mail <a href="mailto:aveiro@fpatletismo.org">aveiro@fpatletismo.org</a>, por intermédio da Associação Distrital correspondente.</b>
5	<b>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. 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>
6	Cada atleta pode participar em duas provas (2) por dia, num máximo de três (3) no conjunto das duas jornadas.
7	Um atleta Júnior que participe numa corrida ou prova de marcha de distância igual ou superior a 1.500 metros, não poderá participar noutra corrida ou prova de marcha na mesma jornada.
8	Os atletas juvenis que participem em corridas ou provas de marcha e distância igual ou superior 300 metros, não poderá participar noutra corrida ou prova de marcha nessa jornada, independente da ordem de participação nessas provas, com exceção da estafeta 4x100 m.
9	No caso de um atleta participar na eliminatória de uma prova de corrida ou concurso, que se realize antes da corrida ou prova de marcha de distância igual ou superior a 300 metros em que participe, não poderá participar nos ensaios que ainda falem no concurso ou na final que se realizem após esta prova.
10	Neste Campeonato, os atletas juvenis não poderão participar na prova de lançamento do peso (7,260 Kg.).
11	<b>Concursos:</b> Após os três primeiros ensaios, passam à final os oito melhores atletas.
12	Haverá classificação individual e coletiva por género, sendo a classificação coletiva elaborada através do somatório das pontuações obtidas pelos atletas de cada Clube, até ao <b>máximo de três atletas</b> por Clube/prova (os restantes serão considerados individuais para efeitos de classificação coletiva, “roubando” pontos desde que em lugares pontuáveis), segundo o seguinte esquema de pontuação: 1º- 8 pontos – 2º- 7 pontos – 3º- 6 pontos – 4º- 5 pontos – 5º- 4 pontos – 6º- 3 pontos – 7º- 2 pontos – 8º- 1 ponto.
13	<b>Prémios:</b> Individualmente para os três (3) primeiros classificados em cada prova/género de Sub/23 e Sénior. Coletivos: Classificação separada por género, com prémios para as equipas classificadas nos três (3) primeiros lugares Masculinos e Femininos de Sub/23 e Sénior
14	Apresentação na Câmara de chamada: corridas 10'; concursos 20' antes do horário previsto.
15	Os atletas devem de ser portadores de pelo menos 3 (Três) alfinetes para a correta colocação do dorsal.
16	<b>DORSAL indispensável para qualquer competição organizada pela AA Aveiro. Os atletas serão penalizados pela falta do dorsal original.</b>