



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO

Campeonato Distrital de Provas Combinadas
Campeonato Distrital de 10.000 M/Mx
Pista de Atletismo do Centro de Estágios do Luso
02/03 de Abril de 2022



Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
15H00	100 Metros Planos	Jun./Sen.	Masc.	Decatlo	
15H10	100 Metros Planos	Juv.	Masc.	Octatlo	
15H30	100 M/Bar. (0,84)	Jun. /Sen	Fem.	Heptatlo	10 bar./13,00-8,50-10,50
	Salto em Comprimento	Jun./Sen	Masc	Decatlo	
15H45	100 M/Bar. (0,76)	Juv.	Fem.	Heptatlo	10 bar./13,00-8,50-10,50
15H55	Lançamento de Peso (6Kg.)	Jun.	Masc.	Decatlo	
	Lançamento de Peso (7,260Kg.)	Sen.	Masc	Decatlo	
16H00	Salto em Comprimento	Juv.	Masc	Octatlo	
	Altura	Jun./Sen	Fem.	Heptatlo	
	Altura	Juv.	Fem.	Heptatlo	
16H30	Lançamento de Peso (5Kg.)	Juv.	Masc.	Octatlo	
17H00	300 Metros	Juv.	Masc.	Octatlo	
	Altura	Jun. a Sen.	Masc.	Decatlo	
	Lançamento de Peso (4Kg.)	Jun. a Sen.	Fem.	Heptatlo	
	Lançamento de Peso (3Kg.)	Juv.	Fem.	Heptatlo	
17H35	200 Metros Planos	Jun. a Sen.	Fem.	Heptatlo	
17H45	200 Metros Planos	Juv.	Fem.	Heptatlo	
17H55	400 Metros Planos	Jun. a Sen.	Masc.	Decatlo	
18H00	10.000 M/Mx	Juv. a Sen.	Fem.	Final	Camp. Distrital de Jun./Su.23 e Absoluto
	10.000 M/Mx	Juv. a Sen.	Masc.	Final	Camp. Distrital de Jun./Su.23 e Absoluto

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
09H00	110 M./Bar. (1,06)	Sen.	Masc.	Decatlo	10 Bar./13,72-9,14-14,02
09H15	110 M./Bar. (1,00)	Jun.	Masc.	Decatlo	10 Bar./13,72-9,14-14,02
	Salto em Comprimento	Juv. a Sen.	Fem.	Heptatlo	
	110 M./Bar. (0,91)	Juv.	Masc.	Octatlo	10 Bar./13,72-9,14-14,02
09H40	Lançamento de Disco (1,750Kg.)	Jun.	Masc.	Decatlo	
	Lançamento de Disco (2Kg.)	Sen.	Masc.	Decatlo	
10H30	Salto em Altura	Juv.	Masc.	Octatlo	
	Vara	Jun. a Sen.	Masc.	Decatlo	
10H50	Lançamento de Dardo (500Grs.)	Juv.	Fem.	Heptatlo	
	Lançamento de Dardo (600Grs.)	Jun. a Sen.	Fem.	Heptatlo	
11H05	Lançamento de Dardo (800Grs.)	Jun. a Sen.	Masc.	Decatlo	
	800 Metros	Juv.	Fem.	Heptatlo	
	Lançamento de Dardo (700Grs.)	Juv.	Masc.	Octatlo	
11H40	800 Metros	Jun. a Sen.	Fem.	Heptatlo	
11H50	1.000 Metros	Juv.	Masc.	Octatlo	
12H20	1.500 Metros	Jun. a Sen.	Masc.	Decatlo	

Campeonato Distrital Provas Combinadas

1	A Associação de Atletismo de Aveiro, organiza o Campeonato Distrital de Provas Combinadas na Pista de Atletismo do Centro de Estágios do Luso.
2	A competição destina-se a atletas juvenis, Juniores e Seniores, filiados na Associação de Atletismo de Aveiro.
3	Os atletas filiados na A.A. de Aveiro devem apresentar-se com o dorsal que lhes foi atribuído para a época 2022
4	Cada clube pode inscrever um número ilimitado de atletas de cada escalão.
5	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 quinta-feira que antecede a competição, através do e-mail aveiro@fpatletismo.org, por intermédio da Associação Distrital correspondente. Após análise da DT Distrital serão comunicados os atletas aceites à respetiva competição.
6	As inscrições são feitas através da plataforma ONLINE, fpacompeticoes.pt, até à quinta-feira que antecede a competição. No entanto, os atletas de outras Associações Distritais deverão ter em conta o previsto no artigo 5º deste regulamento. Todos os Clubes Técnicos ou atletas, terão de fazer a confirmação de participação nas suas provas, corridas ou concursos, até 60 minutos antes do horário previsto para o início da prova; passado este prazo, não haverá possibilidade de o fazer.
7	Apresentação na câmara de chamada: corridas 10´ e concursos 20´ antes do horário previsto
8	Prémios: Medalhas aos 3 (três) primeiros classificados de cada escalão e sexo (Juvenis, Juniores, Sub/23 e Seniores). (No Heptatlo as Juniores acumulam a classificação de Sub/23 e Seniores). (No Decatlo Sub/23 acumula com Seniores).
9	Os atletas devem ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para a correta colocação do dorsal.
10	DORSAL indispensável para qualquer competição organizada pela Associação Atletismo de Aveiro.
11	Serão penalizados os atletas que não apresente o dorsal original da AA Aveiro

10.000 Metros/Marcha

1	Este campeonato destina-se a atletas dos escalões de juvenis a seniores em representação de clubes filiados na A.A. Aveiro.
2	Cada clube pode inscrever um número ilimitado de atletas.
3	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 quinta-feira que antecede a competição, através do e-mail aveiro@fpatletismo.org, por intermédio da <u>Associação Distrital correspondente.</u>
4	As inscrições são feitas através da plataforma ONLINE, fpacompeticoes.pt, até à quinta-feira que antecede a competição. No entanto, os atletas de outras Associações Distritais deverão ter em conta o previsto no artigo 3º deste regulamento. Todos os Clubes Técnicos ou atletas, terão de fazer a confirmação de participação na corrida, até 60 minutos antes do horário previsto para o início da prova; passado este prazo, não haverá possibilidade de o fazer.
5	Os atletas filiados na A.A. de Aveiro devem apresentar-se com o dorsal que lhes foi atribuído para a época 2022
6	Prémios: Medalhas para os três (3) primeiros de cada escalão: juniores, sub23 e absolutos.
7	Os resultados desta competição serão considerados para classificação coletiva do Campeonato Distrital de Juniores 02 e 03 de Julho e Campeonato Distrital Sub/23 e Absoluto, a realizar nos dias 11/12 de Junho.
8	Os atletas devem ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para a correta colocação do dorsal.
9	DORSAL indispensável para qualquer competição organizada pela Associação Atletismo de Aveiro.
10	Serão penalizados os atletas que não apresente o dorsal original da AA Aveiro