



# ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO

Campeonato Distrital Atleta Completo  
Campeonato Distrital de Benjamins  
Pista de Atletismo do Estádio Municipal de Vagos  
25 e 26 de Junho de 2022



Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
15H00	100 Metros Planos	Juv.	Masc.	Octatlo	
	Lançamento Vortex	Benj./A	Masc.	Final	
	Lançamento Vortex	Benj./A	Fem.	Final	
	Lançamento de Peso (2 Kg.)	Benj. B	Masc.	Final	
	Lançamento de Peso (2 Kg.)	Benj. B	Fem.	Final	
15H15	80 Metros	Inic.	Masc.	Heptatlo	
15H25	50 M/Bar. (0,50 )	Benju./A	Fem.	Séries	5 bar.-11-06-15
15H40	50 M/Bar. (0,50 )	Benju./A	Masc.	Séries	5 bar.-11-06-15
	Salto em Comprimento	Benj./B	Fem.	Final	
	Lançamento de Anel	Benj./B	Fem.	Final	
15H50	100 M/Bar. (0,76)	Juv.	Fem.	Heptatlo	10 bar./13,00-8,50-10,50
16H00	80 M/Bar. (0,76)	Inic.	Fem.	Heptatlo	8 bar./12,00-8,00-12,00
16H15	60 Metros	Inf.	Masc.	Pentatlo	
	Salto em Comprimento	Inic.	Masc.	Heptatlo	
	Salto em Comprimento	Juv.	Masc.	Octatlo	
	Altura	Juv.	Fem.	Heptatlo	
16H25	60 Metros	Inf.	Fem.	Pentatlo	
16H40	600 Metros	Benj./B	Fem.	Series	
16H55	600 Metros	Benj./B	Masc.	Series	
17H10	Triplo Salto	Benj./B	Fem.	Final	<b>DIR»ESQ»APOIOCAIXA DE AREIA ESQ»DIR»APOIO CAIXA DE AREIA</b>
	Lançamento de Peso (5Kg.)	Juv.	Masc.	Octatlo	
17H25	Lançamento de Dardo (500 grs.)	Inic.	Fem.	Heptatlo	
	Salto em Comprimento	Inf.	Masc.	Pentatlo	
	Salto em Comprimento	Benj./B	Masc.	Final	
17H40	300 Metros	Juv.	Masc.	Octatlo	
	Lançamento de Peso (2 Kg.)	Inf.	Fem.	Pentatlo	
	Lançamento de Peso (3Kg.)	Juv.	Fem.	Heptatlo	
	Lançamento de Dardo (600 grs.)	Inic.	Masc.	Heptatlo	
17H55	500 Metros	Benj./A	Fem.	Series	
18H05	500 Metros	Benj./A	Masc.	Series	
18H15	200 Metros Planos	Juv.	Fem.	Heptatlo	
	Salto em Altura	Inic.	Fem.	Heptatlo	

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
09H00	110 M./Bar. (0,91)	Juv.	Masc.	Octatlo	10 Bar./13,72-9,14-14,02
	Lançamento Vortex	Benj./B	Masc.	Final	
	Lançamento Vortex	Benj./B	Fem.	Final	
	Lançamento de Anel	Benj./B	Masc.	Final	
09H15	60 Metros	Benj./B	Fem.	Series	
	Salto em Comprimento	Juvenis	Fem.	Heptatlo	
09H30	60 Metros	Benj./B	Masc.	Series	
09H45	80 Metros	Inic.	Fem.	Heptatlo	
	Triplo Salto	Benj./B	Masc.	Final	DIR» ESQ» APOIOCAIXA DE AREIA ESQ» DIR» APOIO CAIXA DE AREIA
	Salto Altura	Benj./B	Masc.	Final	(0,80-0,85-0,90-0,95-1,00-1,03-1,06...)
	Salto Altura	Benj./B	Fem.	Final	(0,80-0,85-0,90-0,95-1,00-1,03-1,06...)
09H55	100 M/Bar (0,84)	Inic.	Masc.	Heptatlo	<b>10(13,00-8,50-10,50)</b>
10H05	60 M/Bar. (0,76)	Inf.	Masc.	Pentatlo	<b>6(12,00-7,50-10,50)</b>
10H20	60 M/Bar. (0,76)	Inf.	Fem.	Pentatlo	<b>6(12,00-7,00-13,00)</b>
	Lançamento de Peso (4 Kg.)	Inic.	Masc.	Heptatlo	
	Lançamento de Peso (3 Kg.)	Inf.	Masc.	Pentatlo	
	Salto em Altura	Juv.	Masc.	Octatlo	
10H30	50 Metros	Benj./A	Fem.	Series	
10H45	50 Metros	Benj./A	Masc.	Series	
10H55	150 Metros	Benj./B	Fem.	Series	
	Lançamento de Dardo (500Grs.)	Juv.	Fem.	Heptatlo	
	Salto em Comprimento	Inic.	Fem.	Heptatlo	
	Salto em Comprimento	Inf.	Fem.	Pentatlo	
11H10	150 Metros	Benj./B	Masc.	Series	
11H20	120 Metros	Benj./A	Fem.	Series	
11H30	120 Metros	Benj./A	Masc.	Series	
11H40	800 Metros	Juv.	Fem.	Heptatlo	
	Lançamento de Peso (3 Kg.)	Inic.	Fem.	Heptatlo	
	Lançamento de Dardo (700Grs.)	Juv.	Masc.	Octatlo	
	Salto em Altura	Inic.	Masc.	Heptatlo	
11H50	1.000 Metros	Inf.	Masc.	Pentatlo	
12H00	1.000 Metros	Inf.	Fem.	Pentatlo	
12H10	800 Metros	Inic.	Fem.	Heptatlo	
	Salto em Comprimento	Benj./A	Fem.	Final	
	Salto em Comprimento	Benj./A	Masc.	Final	
12H20	1.000 Metros	Juv.	Masc.	Octatlo	
12H30	1.000 Metros	Inic.	Masc.	Heptatlo	
12H40	4x20 Metros	Benj.A/B	Fem.	Series	
12H50	4x20 Metros	Benj.A/B	Masc.	Series	

## Atleta Completo

1	<p>Este Campeonato destina-se a atletas dos escalões de Infantis, Iniciados e Juvenis em representação de Clubes, Escolas na área de jurisdição da Associação de Aveiro.</p> <p>Cada Clube/Escola pode inscrever um número ilimitado de atletas filiados em cada escalão. Os atletas filiados na A.A. de Aveiro devem apresentar-se com o dorsal que lhes foi atribuído para a época 2022.</p>
2	<p><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 quinta-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></p>
3	<p><b>As inscrições são feitas através da plataforma ONLINE, <a href="http://fpacompeticoes.pt">fpacompeticoes.pt</a>, até à quinta-feira que antecede a competição. No entanto, os atletas de outras Associações Distritais deverão ter em conta o previsto no artigo 2º deste regulamento.</b></p> <p><b>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.</b></p>
4	<p>Apresentação na câmara de chamada: corridas 10' e concursos 20' antes do horário previsto.</p>
5	<p>No salto em altura a progressão da fasquia será de 4 cm, sendo a altura inicial definida pelo Delegado Técnico, no dia da competição.</p>
6	<p>Serão elaboradas classificações individuais por escalão/sexo e coletivos masculinos e femininos.</p>
7	<p>As classificações coletivas serão elaboradas através das pontuações obtidas pelo melhor atleta de cada Clube em cada uma das Provas Combinadas.</p> <p><b>PRÉMIOS:</b></p> <p>Individuais: para os 3 (três) primeiros de cada escalão/género.</p> <p>Coletivos: Classificação separada por género, com prémios para as equipas classificadas nos 3 (três) primeiros lugares.</p>
8	<p>Os atletas devem ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para a correta colocação do dorsal.</p>
9	<p><b>DORSAL indispensável para qualquer competição organizada pela Associação Atletismo de Aveiro. Serão penalizados os atletas sem dorsal original.</b></p>

**Regulamento**  
**Campeonato Distrital de Benjamins A e B**

**UM PODIO PARA TODOS**

1	Este Campeonato destina-se a atletas masculinos e femininos do escalão de Benjamins A/B, filiados na Associação de Atletismo de Aveiro.
2	Os atletas terão que se apresentar com o dorsal atribuído para a época 2022.
3	<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 quinta-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>
4	<b>As inscrições são feitas através da plataforma ONLINE, <a href="http://fpacompeticoes.pt">fpacompeticoes.pt</a>, 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 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.</b>
5	<b>Os atletas podem participar em 4 (quatro) provas (duas por jornada).</b>
6	Cada clube poderá inscrever um número ilimitado de atletas em cada programa, embora apenas os três melhores classificados sejam considerados para efeitos de classificação coletiva; os restantes serão considerados individuais para este efeito.
7	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.
8	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.
9	<b><u>Nos concursos os atletas apenas terão direito a 2 ensaios para todos os participantes + 2 para os 8 (oito) melhores resultados de lançamentos/saltos.</u></b>
10	<b>Triplo Salto</b> os atletas ao fazerem a chamada com o pé esquerdo será: DIR.>ESQ.> Apoio caixa de areia. Chamada com o pé direito será: ESQ.>DIR.> Apoio caixa de areia.
11	Apresentação: corridas 10´ e concursos 15 minutos do horário previsto
12	Prémios: <b>Campeonato Distrital de benjamins: medalhas aos 3 (três) primeiros e diploma a todos os participantes em cada prova.</b> <b>Taças às 3 (três) primeiras equipas por género (masculino e feminino), sendo uma para Benjamins /A e outra para Benjamins /B.</b>
13	Os atletas devem ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para a correta colocação do dorsal.
14	<b>DORSAL indispensável para qualquer competição organizada pela Associação Atletismo de Aveiro.</b>
15	<b>Serão penalizados os atletas sem dorsal original</b>