



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO

Campeonato Distrital Absoluto

Campeonato Distrital de Sub/23

Pista de Atletismo Estádio Municipal de Vagos

10/11 de Junho de 2023



3ª. Jornada/10 de Junho

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	
	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...
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	
	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...
	Peso (7.260Kg.)	Sub.20 a Master	Masc.	Final	
	Disco (1Kg.)	Sub.18 a Master	Fem.	Final	
16H10	1.500 Metros	Sub.18 a Master	Masc.	Series	
16H20	100 Metros	Sub.18 a Master	Fem.	Final	
16H35	100 Metros	Sub.18 a Master	Masc.	Final	
16H50	3.000 M/Obst.	Sub.20 a Master	Fem.	Series	
	Comprimento	Sub.18 a Master	Fem.	Final	
	Dardo (800 Grs.)	Sub.18 a Master	Masc.	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	
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/11 de Junho

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
09H15	100 M/Bar. (0.84)	Sub.18 a Master	Fem.	Elim.	10 bar.-13,00-8,50-10,50
	Martelo (7.260Kg.)	Sub.20 a Master	Masc.	Final	
	Triplo	Sub.18 a Master	Fem.	Final	Tábua a 9 metros
	Peso (4Kg.)	Sub.18 a Master	Fem.	Final	
09H30	110 M/Bar. (1.06)	Sub.18 a Master	Masc.	Elim.	10 bar.-13,72-9,14-14,02
09H45	3.000 Metros	Sub.18 a Master	Fem.	Series	
10H00	3.000 Metros	Sub.18 a Master	Masc.	Series	
10H15	200 Metros	Sub.18 a Master	Fem.	Series	
10H30	200 Metros	Sub.18 a Master	Masc.	Series	
10H45	400 M/Bar. (0.76)	Sub.18 a Master	Fem.	Series	
	Vara	Sub.18 a Master	Fem.	Final	2,00-2,10-2,20-2,30-2,40-2,50-...
	Triplo	Sub.18 a Master	Masc.	Final	Tábua a 11 metros
	Dardo (600 Grs.)	Sub.18 a Master	Fem.	Final	
11H00	400 M/Bar. (0.91)	Sub.18 a Master	Masc.	Series	10 bar.-45,00-35,00-40,00
11H15	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	
11H25	110 M/Bar. (1.06)	Sub.18 a Master	Masc.	Final	
11H35	800 Metros	Sub.18 a Master	Fem.	Series	
11H50	800 Metros	Sub.18 a Master	Masc.	Series	
12H05	4x400 Metros	Sub/18 a Sub/23	Fem.	Series	Só para atletas até Sub/23
12H20	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 juvenis, juniores e Sub/23 masculinos e femininos, filiados na Associação de Atletismo de Aveiro. E terão que se apresentar com o dorsal atribuído para 2023.
2	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 aveiro@fpatletismo.org, por intermédio da Associação Distrital correspondente
3	As inscrições são feitas através da plataforma ONLINE, fpacompeticoes.pt, até à quarta-feira que antecede a competição. No entanto, os atletas de outras Associações Distritais deverão ter em conta o previsto no artigo 2º 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.
4	Os atletas do escalão de juvenis, podem participar em todas as provas do programa, com exceção das seguintes: 3.000 M/Obst., 5.000 M, no lançamento de peso de 7.260kg e no lançamento de martelo de 7.260kg.
5	Os atletas do escalão de Juvenis que participem em corridas ou provas de marcha de distância igual ou superior a 300 metros, não poderão participar posteriormente nessa jornada noutra corrida, prova de marcha ou concurso, com exceção da estafeta de 4x100 M.
6	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 faltem no concurso ou na final que se realizem após esta prova.
7	Os atletas podem participar em duas provas por dia, num máximo de quatro provas no conjunto das duas jornadas, desde que uma delas seja a estafeta curta.
8	Os atletas do escalão de júnior que participem numa corrida ou prova de marcha de distância igual ou superior a 1.500m, não poderão participar noutra corrida ou prova de marcha no mesmo dia.
9	Cada clube poderá inscrever um número ilimitado de atletas em cada prova, embora apenas os três melhores classificados sejam considerados para efeitos de classificação coletiva; os restantes serão considerados individuais para este efeito.
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. Serão penalizados os atletas que não utilizarem o dorsal original.

Nota: Os resultados das provas de 10.000 M planos realizados em 25 de Março de 2023, serão contabilizados no final da 4ª Jornada.

Campeonato Distrital Absoluto

1	Estes campeonatos destinam-se a atletas Juvenis, Juniores e Seniores masculinos e femininos, filiados na associação de atletismo de Aveiro. Os atletas filiados na AAA devem apresentar-se com o dorsal atribuído para a época 2023
2	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 de quarta-feira que antecede a competição, através do e-mail aveiro@fpatletismo.org, por intermédio da Associação Distrital correspondente
3	As inscrições são feitas através da plataforma ONLINE, fpacompeticoes.pt, até à quarta-feira que antecede a competição. No entanto, os atletas de outras Associações Distritais deverão ter em conta o previsto no artigo 2º 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.
3	Cada atleta pode participar em duas provas por dia, num máximo de três provas individuais no conjunto das duas jornadas
4	Os atletas do escalão de juvenis, podem participar em todas as provas do programa, com exceção das seguintes: 3.000 M/Obst., 5.000 M, no lançamento de peso de 7.260 kg e no lançamento de martelo de 7.260 kg.
5	Os atletas do escalão de Juvenis que participem em corridas ou provas de marcha de distância igual ou superior a 300 metros, não poderão participar posteriormente nessa jornada noutra corrida, prova de marcha ou concurso, com exceção da estafeta de 4x100 M.
6	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 faltem no concurso ou na final que se realizem após esta prova.
7	Os atletas do escalão de Juniores que participem numa corrida ou prova de marcha de distância igual ou superior a 1.500 metros, não poderá participar noutra corrida ou prova de marcha no mesmo dia.
8	Apresentação câmara de chamada: Corridas 10' e concursos 20' antes do horário previsto
9	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.
10	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.
11	Prémios: Medalhas para os três primeiros de cada prova e taças às três primeiras equipas (Masc. e Fem.)
12	Os atletas devem ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para a correta colocação do dorsal.
13	DORSAL indispensável para qualquer competição organizada pela Associação Atletismo de Aveiro. 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 25 de Março e 08 de Abril de 2023, serão contabilizados no final da 4ª. Jornada.