



**ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO**  
Campeonato Distrital de Estafetas  
Campeonato Distrital de 10.000 Metros  
Torneio Nacional Masters  
Torneio da Primavera  
Pista do Estádio Municipal de Vagos  
05 de Maio de 2018



Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
15:00	100 M/Bar. (0,84)	Vet.	Fem.	Pentatlo	
	Lançamento de Peso (4,5Kg)	Inic./Juv.	Masc.	Final	Torneio
	Salto em Comprimento	Vet.	Masc.	Pentatlo	
	Salto em Comprimento	Inic./Juv.	Masc.	Final	Torneio
15:10	80 M/Bar. (0,76)	Vet.	Fem.	Pentatlo	
15:20	4x100 Metros	Juv. a Vet.	Fem.	Serie	Campeonato Distrital Absoluto
15:30	4x100 Metros	Juv. a Vet.	Masc.	Serie	Campeonato Distrital Absoluto
15:40	4x60 Metros	Infantis	Fem.	Serie	Campeonato Distrital
15:50	4x60 Metros	Infantis	Masc.	Serie	Campeonato Distrital
	Altura	Vet.	Fem.	Pentatlo	
	Lançamento de Disco (0,750 e 1 Kg.)	Inic./Juv.	Fem	Final	Torneio
16:00	4x80 Metros	Iniciados	Fem.	Serie	Campeonato Distrital
16:10	4x80 Metros	Iniciados	Masc.	Serie	Campeonato Distrital
16:20	1500 Metros	Juv. a Sen.	Fem.	Series	Torneio
16:35	1500 Metros	Juv. a Sen.	Masc.	Series	Torneio
	Lançamento de Dardo (400, 600, 700 e 800 grs.)	Vet.	Masc.	Pentatlo	
	Lançamento de Dardo (600/800 grs.)	Jun/Sen	Fem./Masc	Final	Torneio
	Lançamento de Peso (3Kg.)	Inic./Juv.	Fem.	Final	Torneio
	Lançamento de Peso (3 e 4 Kg.)	Vet.	Fem.	Pentatlo	
16:50	4x400 Metros	Juv. a Vet.	Fem.	Serie	Campeonato Distrital Absoluto
17:00	4x400 Metros	Juv. a Vet.	Masc.	Serie	Campeonato Distrital Absoluto
17:15	200 Metros	Vet.	Masc.	Pentatlo	
17:30	600 Metros	Benj.B/Inf.	Fem.	Séries	Torneio
17:45	600 Metros	Benj.B/Inf.	Masc.	Séries	Torneio
17:55	1.000 Metros	Iniciados	Fem.	Séries	Torneio
	Comprimento	Vet.	Fem.	Pentatlo	
	Lançamento de Disco (1 e 1,5 Kg.)	Inic/Juv	Masc.	Final	Torneio
	Lançamento de Disco (1, 1,5 e 2 Kg.)	Vet.	Masc.	Pentatlo	
18:05	1.000 Metros	Iniciados	Masc.	Séries	Torneio
18:15	10.000 Metros	Jun/Sen.	Fem./Masc.	Series	Campeonato Distrital Absoluto
18:40	Lançamento de Dardo (500Grs.)	Inic./Juv.	Fem.	Final	Torneio
	Lançamento de Dardo (600/700Grs.)	Inic./Juv.	Masc.	Final	Torneio
18:55	800 Metros	Vet.	Fem.	Pentatlo	
19:15	1.500 Metros	Vet.	Masc.	Pentatlo	

## Regulamentos

### Campeonato Distrital de Estafetas

1. A Associação de Atletismo de Aveiro vai realizar, no dia 05 de Maio de 2018, o Campeonato Distrital de Estafetas, competição destinada a atletas filiados.
2. A participação de Clubes de outras associações distritais fica sujeito a parecer da direcção técnica, devendo os respectivos pedidos de participação dar entrada na sede da **Associação de Atletismo de Aveiro até às 12H00 de quinta-feira que**, antecede a competição.
3. Cada atleta só pode participar na prova para o seu escalão etário, respeitando sempre o disposto no RGC. Excepcionalmente, atletas do escalão de benjamins **b** poderão integrar as equipas de estafetas do escalão de infantis (4x60 Metros). Do mesmo modo, atletas do escalão de infantis poderão ser autorizados a integrar equipas de estafetas do escalão de iniciados (4x80 Metros). **Esta situação só será permitida quando os clubes não tiverem atletas suficientes no escalão em que pretendem competir.**
4. Cada clube pode apresentar 3 (três) equipas de estafetas em cada escalão.
5. Nas estafetas do Campeonato Absoluto os atletas podem participar em duas provas do programa, desde que sejam previstas para o seu escalão etário.
6. A confirmação das inscrições deverá ser feita no secretariado até 30 minutos antes do início da respetiva prova, com a indicação da melhor marca obtida desde 16/10/2016.
7. Apresentação na Câmara de chama:  
Corridas: 10´do horário previsto.
8. Os resultados desta prova serão considerados para a classificação coletiva dos Campeonatos Distritais a realizar no dia 14/15 de Julho Iniciados, 26/27 de Maio Infantis e 02/03 de Junho o Absoluto.
9. - Os atletas devem ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para a correcta colocação do dorsal.
- 10. - DORSAL indispensável para qualquer competição organizada pela Associação Atletismo de Aveiro.**
- 11. Prémios:**  
Campeonato Distrital de Estafetas – medalhas para os componentes das 3 (três) equipas em cada prova.

### **Campeonato Distrital de 10.000 M**

12. - A Associação de Atletismo de Aveiro vai realizar, no dia 05 de Maio de 2018, o Campeonato Distrital de 10.000 M, competição destinada a atletas filiados na Associação de Atletismo de Aveiro.
- 13.- A participação de atletas de outras associações distritais fica sujeito a parecer da direcção técnica, devendo os respectivos pedidos de participação dar entrada na sede da **Associação de Atletismo de Aveiro até às 12H00 de quinta-feira** que antecede a competição.
- 14.- Confirmação de participação 30 minutos antes do início da competição utilizando as fichas de inscrição.
- 4 - Atletas da A.A. Aveiro devem apresentar o dorsal que lhes foi atribuído para a época de 2018.
- 5 - Atletas devem apresentar-se na câmara de chama 10 minutos antes do início do horário previsto para a prova.
- 6 - Os resultados desta prova são considerados para a classificação colectiva do campeonato distrital absoluto, a realizar dias 02/03 de Junho de 2018.
- 7 - Os atletas devem de ser portadores de pelo menos 3 (Três) alfinetes para a correcta colocação do dorsal.
- 8 - DORSAL indispensável para qualquer competição organizada pela AAveiro.**
- 9 - Prémios:  
Medalhas para os três (3) primeiros de cada escalão: juniores, sub23 e absolutos.

## **Torneio da Primavera**

1. Será de acordo com o regulamento Geral de Competições e não deverá exceder no máximo de duas provas para o seu próprio escalão.
2. Nos saltos horizontais e lançamentos, os atletas terão direito a 3+3 ensaios.
3. Inscrições com 30 minutos antes do início da prova.
4. Classificação somente individual.
5. Apresentação na Câmara de chama:  
Corridas: 10´ e concursos 20´ antes do horário previsto.
6. Os atletas devem ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para a correcta colocação do dorsal.
7. **DORSAL indispensável para qualquer competição organizada pela Associação Atletismo de Aveiro.**
8. Delegado Técnico:

## **Torneio Nacional Masters**

Regulamento a divulgar pela ANAV/Associação Nacional Atletismo Veteranos