



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO

Campeonato Distrital de Juvenis
Centro de Treinos António Pinho/Cucujães
Pista de Atletismo do Centro de Estágios do Luso
09,10 e 11 de Julho de 2021



CONSIDERAÇÕES A TER NO RETORNO Á COMPETIÇÃO O ATLETISMO REGRESSA Á PISTA DA EXCELÊNCIA

- a) **Atletas terão que apresentar o termo de responsabilidade.**
- b) **Medição de temperatura, desinfecção das mãos à entrada e saída da pista, obrigatório a utilização de máscara, por todos os participantes, excepto durante o aquecimento e competição.**
- c) **Espaço de 3 metros entre pessoas durante a prática da competição.**
O distanciamento deverá ser sempre maximizado e o período de proximidade entre atletas deverá ser o menor possível.
- d) **Não é permitido o contacto físico quer entre técnicos, funcionários e juízes.**
- e) **Salto em comprimento - os atletas só têm direito a dois (2) ensaios no aquecimento.**
- f) **Atletas com engenhos próprios/oficiais podem usar durante a competição (pesagem oficial na pista).**
- g) **Atletas no concurso de Peso, são os próprios que recolhem os engenhos durante o aquecimento e competição (aquecimento somente 2 ensaios).**
- h) **A primeira parte do aquecimento (corrida contínua) deverá ser feita fora da pista, respeitando todas as normas de segurança. A segunda parte (mobilidade) deverá ser feita num local previamente designado.**
- i) **Manuseamento de blocos de partida pelo próprio atleta (aquecimento e competição).**
- j) **Aconselhamos a todos os Clubes que tenham higienização para os seus atletas.**
- l) **Não será permitida a entrada a qualquer participante com temperatura corporal acima de 38º.**
- m) **Todos os participantes devem monitorizar a sua temperatura na semana que antecede a competição e, no caso de se encontrarem doentes, com sintomatologia que possa ser associada á infeção por COVID-19, não devem deslocar-se para a competição.**
- n) **Proibição de partilha de garrafa de água.**
- o) **A organização não disponibiliza pó de magnésio, ou substância similar, nem pano de limpeza para utilização dos atletas, pelo que os mesmos devem ser portadores do material referido, caso o pretendam utilizar.**
- p) **As normas podem ser alteradas conforme ordens da DGS/IPDJ e FPA.**

Centro de Treinos António Pinho/Cucujães



Sexta Dia, 09

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
19H15	Martelo (5 Kg.)	Inic. a Juv.	Masc.	Final	
	Martelo (3 Kg.)	Inic. a Juv	Fem.	Final	
19H55	Dardo (500 grs.)	Inic. a Juv.	Fem.	Final	
	Dardo (700 grs.)	Inic. a Juv	Masc	Final	
20H35	Disco (1,5 Kg.)	Inic. a Juv	Masc.	Final	
	Disco (1 Kg.)	Inic. a Juv.	Masc.	Final	

10/Sábado

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
15H00	110 M/Bar. (0,91)	Inic. a Juv.	Masc.	Elim.	10 Bar. a 13,72-9,14-14,02
15H15	100 M/Bar. (0,76)	Inic. a Juv	Fem.	Elim.	10 Bar. a 13,00-08,50-10,50
	Salto com Vara	Inic. a Juv.	Masc	Final	2,00-2,10-2,20-2,30-2,40-2,50-2,60-2,70-...
15H30	100 Metros	Inic. a Juv	Masc	Elim.	
15H40	100 Metros	Inic. a Juv	Fem.	Elim.	
	Salto em Comprimento	Inic. a Juv.	Masc.	Final	
15H55	300 Metros	Inic. a Juv.	Fem.	Serie	
16H10	300 Metros	Inic. a Juv.	Masc	Serie	
16H25	110 M/Bar.	Inic. a Juv.	Masc	Final	
16H35	100 M/Bar.	Inic. a Juv.	Fem.	Final	
	Altura	Inic. a Juv.	Fem.	Final	Progressão fasquia: 1,24-1,29-1,34-1,391,42-1,45-1,48-1,51-...
16H45	100 Metros	Inic. a Juv.	Masc	Final	
17H00	100 Metros	Inic. a Juv.	Fem.	Final	
	Triplo Salto	Inic. a Juv.	Fem.	Final	Tábua a 7 metros
	Lançam. Peso (3Kg.)	Inic. a Juv.	Fem.	Final	
17H10	2.000 M/Obst.	Inic. a Juv	Fem.	Serie	
17H25	1.500 Metros	Inic. a Juv.	Fem.	Serie	
17H40	1.500 Metros	Inic. a Juv.	Masc.	Serie	
17H55	3.000 Metros	Juv.	Masc	Final	
18H15	5.000 M/Mx.	Inic. a Juv.	Masc	Final	Pista 1 a 4
	5.000 M/Mx.	Inic. a Juv.	Fem.	Final	Pista 1 a 4
18H50	4x100 metros	Inic. a Juv.	Fem.	Serie	
19H05	4x100 metros	Inic. a Juv.	Masc.	Serie	

11/Domingo

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
09H30	200 Metros	Inic. a Juv.	Fem.	Serie	
	Lançam. Peso (5Kg.)	Inic. a Juv.	Masc.	Final	
09H45	200 Metros	Inic. a Juv.	Masc	Serie	
10H00	2.000 M/Obst.	Juv.	Masc	Final	
	Salto em Comprimento	Inic. a Juv.	Fem.	Final	
	Altura	Inic. aJuv.	Masc.	Final	Progressão fasquia: 1,41-1,46-1,51 1,56-1,61-1,64-1,67-1,70-1,73-1,76-...
10H15	3.000 Metros	Juv.	Fem.	Final	
10H30	300 M/Bar. (0,76)	Inic. aJuv.	Fem.	Serie	7 Bar.-50,00-35,00-40,00
10H45	300 M/Bar. (0,84)	Inic. a Juv.	Masc	Serie	7 Bar.-50,00-35,00-40,00
	Vara	Inic. a Juv.	Fem	Final	A definir com os técnicos das atletas inscritos na prova
11H00	800 Metros	Inic. a Juv.	Fem.	Serie	
	Triplo	Inic. a Juv.	Masc	Final	Tábua a 9 metros
11H15	800 Metros	Inic. a Juv.	Masc,	Serie	
11H30	Estafeta medley	Inic. a Juv.	Fem.	Serie	Estafeta (100x200x300x400)
11H45	Estafeta medley	Inic. a Juv.	Masc.	Serie	Estafeta (100x200x300x400)

Regulamento Campeonato Distrital de Juvenis

1	Estes campeonatos destinam-se a atletas masculinos e femininos do escalão de juvenis, filiados na Associação de Atletismo de Aveiro.
2	Os atletas filiados na AA Aveiro devem apresentar-se com o dorsal que lhes foi atribuído para a época de 2021.
3	A participação de atletas filiados em outras Associações Distritais é condicionada ao parecer da Direção Técnica Distrital, devendo os pedidos de participação dar entrada até às 12 horas de quinta-feira que antecede a competição, através do e-mail: aveiro@fpatletismo.org e da Associação a que pertence. Após o parecer devem fazer a inscrição na plataforma.
4	Os atletas do escalão de iniciados podem participar em todas as provas do programa das competições de juvenis, com exceção de 3.000 metros e dos 2.000 metros obstáculos, respeitando o regulamento geral de Competições para este escalão etário.
5	Os atletas Iniciados que participem numa prova de corrida ou de marcha com distâncias igual ou superior a 250 metros, não poderão participar em mais nenhuma corrida, prova de marcha ou concurso dessa jornada que se venha a realizar posteriormente, com exceção da estafeta de 4x80 metros no Campeonato Distrital de Iniciados, podendo participar noutras que se realizem antes.
6	No caso de o atleta estar a participar num concurso que ainda não tenha terminado, quando o atleta realiza uma prova de corrida ou marcha com distância igual ou superior a 250 metros, o atleta não poderá continuar a participar nesse concurso após a realização da corrida.
7	No caso de o atleta participar na eliminatória de uma corrida de velocidade ou de barreiras que se realize antes de uma prova de corrida de marcha com distância igual ou superior a 250 metros em que o atleta participe, se o atleta for apurado para a final que se realize após esta prova, não poderá participar nessa final.
	Os atletas poderão 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	Para efeitos de contagem, as eliminatórias e finais de uma prova são consideradas como uma só.
9	Os atletas do escalão de juvenil que participem em corridas ou prova de marcha de distância igual ou superior a 300m, não poderão participar posteriormente nessa jornada noutra corrida, prova de marcha ou concurso, com exceção da estafeta de 4x100.
10	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 300m em que participe, não poderá participar nos ensaios que ainda falem no concurso ou na final que se realizem após esta prova.
11	No caso de participar na eliminatória de uma prova de corrida de velocidade ou barreiras que se realiza antes da corrida ou prova de marcha de distância igual ou superior a 300 metros em que o atleta participe, se o atleta tiver sido apurado para uma final que se realize após esta prova, não poderá participar nessa final.
12	Cada clube poderá inscrever um número ilimitado de atletas em cada prova do programa, embora apenas os três melhores classificados sejam consideradas para efeito de classificação coletiva; os restantes serão considerados individuais para este efeito.
13	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.
14	Os desempates nas classificações coletivas serão feitos a favor dos clubes que obtiveram mais lugares no conjunto das provas do programa; se o empate subsistir, aplica-se o mesmo critério em relação aos segundos lugares e assim sucessivamente.
15	As inscrições são feitas através da plataforma ONLINE até às 18 horas de quinta-feira que antecede a competição. Todos os Clubes/Técnicos ou atletas terão de fazer a confirmação na corrida ou concurso até 45 minutos antes do início da prova, após o qual não haverá possibilidade de o fazer.
16	Prémios: Medalhas aos três primeiros de cada prova; Taça às três primeiras equipas em Masculinos e Femininos.
17	Os atletas devem ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para a correta colocação do dorsal.
18	DORSAL indispensável para qualquer competição organizada pela Associação Atletismo de Aveiro.
19	Apresentação: Corridas: 10 minutos. Concursos: 20 minutos antes do horário previsto