



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO

Campeonato Distrital de Sub/20 (Juniões)
Pista de Atletismo Estádio Municipal de Vagos
11/12 de Julho de 2020



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

- a) Atletas terão que apresentar o termo de responsabilidade.**
- b) Medição de temperatura, desinfeção das mãos à entrada e saída da pista, obrigatório a utilização de máscara, por todos os participantes, exceto 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 juizes.**
- e) Salto em comprimento e triplo - 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 nos concursos de Lançamento de Dardo, Peso, Disco e Martelo 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.**

Sábado/11

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
15H00	100 M	Jun	Fem.	Series	1,4 e 7 ou 2, 5 e 8
	Martelo (4 Kg.)	Jun	Fem.	Final	
	Altura	Jun.	Fem.	Final	1.28-1.33-1.38-1.41-1.44-1.47-1.50-1.53...
15H30	100 M	Jun	Masc.	Series	1,4 e 7 ou 2, 5 e 8
16H00	400 M	Jun.	Fem.	Series	1,4 e 7 ou 2, 5 e 8
	Peso (6Kg.)	Jun.	Masc.	Final	
	Vara	Jun.	Masc.	Final	2.50-2.70-2.90-3.00-3.10-3.20...
16H25	400 M	Jun.	Masc.	Series	1,4 e 7 ou 2, 5 e 8
16H50	1.500m	Jun.	Fem.	Series	Saída de 10 em 10 segundos
	Comprimento	Jun.	Masc.	Final	
	Dardo (800Grs.)	Jun.	Masc.	Final	
17H20	1.500m	Jun.	Masc.	Series	Saída de 10 em 10 segundos
17H50	3.000M/Obst.	Jun.	Fem.	Series	Saída de 10 em 10 segundos Sem passagem pela vala de água
	Comprimento	Jun.	Fem..	Final	
	Disco (1 Kg.)	Jun.	Fem.	Final	
18H20	3.000M/Obst.	Jun.	Masc.	Final	Saída de 10 em 10 segundos Sem passagem pela vala de água
18H50	3.000 M/Mx	Jun.	Fem.	Final	Pista 1 a 4
	3.000 M/Mx	Jun.	Masc.	Final	Pista 5 a 8

Nota. O programa pode ser ajustado

Domingo/12

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
09H00	110M/Bar. (1.00)	Jun.	Masc.	Series	10 Bar.-13,72-9,14-14,02 1,4 e 7 ou 2, 5 e 8
	Altura	Jun.	Masc.	Final	1.49-1.54-1.59-1.64-1.67-1.70...
	Vara	Jun.	Fem.	Final	2.00-2.10-2.20-2.30-2.40...
09H20	100 M/Bar. (0.84)	Jun.	Fem.	Series	10 Bar.-13,00-8,50-10,50 1,4 e 7 ou 2, 5 e 8
09H40	3.000m	Jun.	Fem.	Final	Saída de 10 em 10 segundos
10H00	Disco (1,750 Kg.)	Jun.	Masc.	Final	
	Triplo Salto	Jun.	Masc.	Final	
10H10	3.000m	Jun.	Masc.	Final	Saída de 10 em 10 segundos
10H35	200m	Jun.	Fem.	Series	1,4 e 7 ou 2, 5 e 8
11H00	200m	Jun.	Masc.	Series	1,4 e 7 ou 2, 5 e 8
	Peso (4Kg.)	Jun.	Fem.	Final	
	Martelo (6Kg.)	Jun.	Masc.	Final	
11H30	400M/Bar. (0,76)	Jun.	Fem.	Series	10 Bar.-45,00-35,00-40,00 1,4 e 7 ou 2, 5 e 8
11H50	400M/Bar. (0,914)	Jun.	Masc.	Series	10 Bar.-45,00-35,00-40 1,4 e 7 ou 2, 5 e 8
12H00	Triplo Salto	Jun.	Fem.	Final	
	Dardo (600 grs.)	Jun.	Fem.	Final	
12H10	800m	Jun.	Fem.	Series	1,4 e 7 ou 2, 5 e 8
12H30	800m	Jun.	Masc.	Series	1,4 e 7 ou 2, 5 e 8

Nota: o programa pode ser ajustado

Regulamento Campeonato Distrital de Juniores

Nº.	Designação
1	Estes campeonatos destinam-se a atletas juniores, masculinos e femininos, filiados na Associação de Atletismo de Aveiro.
2	Todos os atletas filiados na A.A. Aveiro devem apresentar-se com o dorsal que lhes foi atribuído para a época de 2020 Podem participar os 4 melhores atletas Juvenis de cada disciplina, conforme divulgação pelo departamento Técnico.
3	Cada atleta pode participar em duas provas: duas (2) numa só jornada ou uma (1) em cada jornada.
4	Nos concursos todos os atletas têm direito a quatro (4) ensaios.
5	Todas as corridas são disputadas por séries em contrarrelógio.
6	Os atletas do escalão de juvenis que participem no Campeonato Distrital de Juniores terão que se basear no regulamento da sua categoria.
7	Os atletas do escalão de juvenis, filiados na AA Aveiro podem participar em todas as provas do programa das competições de juniores, com exceção de 3.000 M/Obst. e 5.000 M.
8	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 noutra corrida ou prova de marcha nessa jornada independentemente da ordem de participação dessas provas, com exceção da estafeta curta.
9	No caso de participar na eliminatória de uma prova de corrida ou concurso, que se realize antes da corrida ou prova de marcha de distancia igual ou superior a 300 metros em que participe, não poderá participar nos ensaios que ainda falem no concurso ou na final que se realizem após esta prova.
10	Cada clube poderá inscrever um número ilimitado de atletas em cada prova do programa, embora apenas os três melhores classificados sejam considerados para efeito de classificação coletiva; os restantes serão considerados individuais para este efeito.
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 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.
13	As inscrições são feitas através da plataforma ONLINE até às 12 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.
14	Prémios: Medalhas aos três primeiros de cada prova; Taça às três primeiras equipas (Masc. e Fem.)
15	Apresentação: Corridas 10 minutos e Concursos 20 minutos antes do horário previsto
16	Os atletas devem ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para a correta colocação do dorsal. DORSAL indispensável para qualquer competição organizada pela Associação Atletismo de Aveiro.
17	Os atletas serão penalizados por falta do dorsal original.