



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO

Campeonato Distrital de Juvenis
Pista de Atletismo do Estádio Municipal de Vagos
04/05 de Julho de 2020



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, 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 juízes.
- e) Cada atleta participante nas disciplinas de salto em altura e vara terão que se apresentar com a sua cobertura pessoal para a queda.
- f) Salto em comprimento e triplo - os atletas só têm direito a dois (2) ensaios no aquecimento.
- g) Atletas com engenhos próprios/oficiais podem usar durante a competição (pesagem oficial na pista).
- h) 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).
- i) 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.
- j) Manuseamento de blocos de partida pelo próprio atleta (aquecimento e competição).
- l) Aconselhamos a todos os Clubes que tenham higienização para os seus atletas.
- m) Não será permitida a entrada a qualquer participante com temperatura corporal acima de 38º.
- n) 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.
- o) Proibição de partilha de garrafa de água.
- p) 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.
- q) As normas podem ser alteradas conforme ordens da DGS/IPDJ e FPA.

Esta competição servirá como teste para os próximos eventos a realizar

04/Sábado

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
15H00	110 M/Bar. (0,91)	Juvenis	Masc.	Series	10 Bar. a 13,72-9,14-14,02 Pistas: 1,4 e 7 ou 2, 5 e 8
	Lançam. Martelo (5Kg.)	Juvenis	Masc	Final	
	Salto com Vara	Juvenis	Masc	Final	2,00-2,10-2,20-2,30-2,40-2,50-2,60-2,70-...
15H20	100 M/Bar. (0,76)	Juvenis	Fem.	Series	10 Bar. a 13,00-08,50-10,50 Pistas: 1,4 e 7 ou 2, 5 e 8
15H50	100 Metros	Juvenis	Masc	Series	Pistas: 1,4 e 7 ou 2, 5 e 8
16H20	100 Metros	Juvenis	Fem.	Series	Pistas: 1,4 e 7 ou 2, 5 e 8
	Salto em Comprimento	Juvenis	Masc.	Final	
	Dardo (500Grs.)	Juvenis	Fem.	Final	
16H50	300 Metros	Juvenis	Fem.	Serie	Pistas: 1,4 e 7 ou 2, 5 e 8
17H20	300 Metros	Juvenis	Masc	Serie	Pistas: 1,4 e 7 ou 2, 5 e 8
	Altura	Juvenis	Fem.	Final	Progressão fasquia: 1,24-1,29-1,34-1,39-1,42-1,45-1,48-1,51-...
	Disco (1,5 Kg.)	Juvenis	Masc	Final	
17H50	2.000 M/Obst.	Juvenis	Fem.	Serie	Saída de 10 em 10 segundos Sem passagem pela vala de água
18h10	1.500 Metros	Juvenis	Fem.	Serie	Saída de 10 em 10 segundos
	Triplo Salto	Juvenis	Fem.	Final	Tábua a 7 metros
	Lançam. Peso (3Kg.)	Juvenis	Fem.	Final	
18H30	1.500 Metros	Juvenis	Masc.	Serie	Saída de 10 em 10 segundos
19H00	3.000 M/Mx.	Juvenis	Masc	Final	Pista 1 a 4
	3.000 M/Mx.	Juvenis	Fem.	Final	Pista 5 a 8

Nota: Os programas podem ser ajustados

05/Domingo

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
09H00	200 Metros	Juvenis	Fem.	Serie	Pistas: 1,4 e 7 ou 2, 5 e 8
	Lançam. Martelo (3Kg.)	Juvenis	Fem.	Final	
	Lançam. Peso (5Kg.)	Juvenis	Masc.	Final	
09H30	200 Metros	Juvenis	Masc	Serie	Pistas: 1,4 e 7 ou 2, 5 e 8
10H00	2.000 M/Obst.	Juvenis	Masc	Final	Saída de 10 em 10 segundos sem passagem pela vala de água
	Salto em Comprimento	Juvenis	Fem.	Final	
	Altura	Juvenis	Masc.	Final	Progressão fasquia: 1,41-1,46-1,51 1,56-1,61-1,64-1,67-1,70-1,73-1,76-...
10H20	3.000 Metros	Juvenis	Fem.	Final	Saída de 10 em 10 segundos
10H40	3.000 Metros	Juvenis	Masc.	Final	Saída de 10 em 10 segundos
11H00	300 M/Bar. (0,76)	Juvenis	Fem.	Serie	7 Bar.-50,00-35,00-40,00 Pistas: 1,4 e 7 ou 2, 5 e 8
	Dardo (700Grs.)	Juvenis	Masc.	Final	
	Disco (1Kg.)	Juvenis	Fem	Final	
11H30	300 M/Bar. (0,84)	Juvenis	Masc	Serie	7 Bar.-50,00-35,00-40,00 Pistas: 1,4 e 7 ou 2, 5 e 8
12H00	800 Metros	Juvenis	Fem.	Serie	Pistas: 1,4 e 7 ou 2, 5 e 8
	Triplo	Juvenis	Masc	Final	Tábua a 9 metros
	Vara	Juvenis	Fem.	Final	A definir com os técnicos das atletas Inscritos na prova
12H30	800 Metros	Juvenis	Masc,	Serie	Pistas: 1,4 e 7 ou 2, 5 e 8

Nota: Os programas podem ser ajustados.

Regulamento Campeonato Distrital de Juvenis

	Designação
1	Estes campeonatos destinam-se a atletas masculinos e femininos do escalão de juvenis, filiados na A.A. de Aveiro.
2	Todos os atletas filiados na AA Aveiro devem apresentar-se com o dorsal que lhes foi atribuído para a época de 2020 Podem participar os 4 melhores atletas Iniciados de cada disciplina, conforme divulgação pelo departamento Técnico.
3	Os atletas do escalão de iniciados podem participar nas 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.
4	Cada atleta pode participar em duas provas: duas (2) numa só jornada ou uma (1) em cada jornada.
5	Nos concursos todos os atletas têm direito a quatro (4) ensaios.
6	Todas as corridas são disputadas por séries e contrarrelógio.
7	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.
8	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.
9	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.
10	As inscrições são feitas através da plataforma ONLINE até as 12 horas de Quinta-feira que antecede a competição. <u>Todos os Clubes/Técnicos ou atletas terão de fazer a confirmação na corrida ou concurso com 45 minutos antes do início da prova, terminando este espaço não existe mais alternativa.</u>
11	Prémios: medalhas aos três primeiros de cada prova; taça às três primeiras equipas em Masculinos e Femininos.
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 se apresentarem com o dorsal original da AA Aveiro.
14	Apresentação: corridas - 10 minutos e concursos - 20 minutos antes do horário previsto.

Delegado Técnico,