



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO

Campeonato Distrital de Master
Torneio Octaviano Costa
Pista de Atletismo Estádio Municipal de Vagos
30/31 de Janeiro 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.**

Sábado, dia 30

Horário	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
14H30	60 Metros	Benj. A e B	Fem.	Series	Torneio
	Comprimento	Master	Fem.	Final	
	Salto c/ Vara	Master	Fem/Masc.	Final	Início da fasquia de acordo com os atletas presente.
14H40	60 Metros	Benj. A e B	Masc.	Series	Torneio
14H55	60 Metros	Master	Fem.	Series	
	Lanç. de Peso (3 Kg.)	Benj.B/Infantis	Masc.	Final	Torneio
	Lanç. de Peso (2 Kg.)	Benj.B/Infantis	Fem.	Final	Torneio
15H10	60 Metros	Master	Masc.	Series	
15H25	3.000 M/Mx	Master	Fem./Masc.	Final	(Pista 1/4)
	1.000 M/Mx	Benj./B-Inf.	Fem./Masc.		Torneio
	Triplo Salto	Master	Masc.	Final	
	Lanç. de Peso	Master	Fem.	Final	4 Kg./F35 F45-3Kg F50
	Lanç. de Peso (4 Kg.)	Iniciados	Masc.	Final	Torneio
	Lanç. de Peso (3 Kg.)	Iniciados	Fem.	Final	Torneio
15H50	600 Metros	Benj. A e B	Fem./Masc.	Series	Torneio
16H00	1.500 Metros	Master	Fem.	Series	
16H15	1.500 Metros	Master	Masc.	Series	
	Salto em Altura	Master	Fem.	Final	1,23, 1,28; 1,33; 1,38; 1,43; 1,46; 1,49; 1,52; 1,55,...
	S. Comprimento	Benj.B/Infantis	Masc.	Final	Torneio
	S. Comprimento	Benj.B/Infantis	Fem.	Final	Torneio
16H30	400 Metros	Master	Fem.	Series	
16H45	400 Metros	Master	Masc.	Series	
17H00	250 Metros	Inic.	Fem.	Series	Torneio
17H10	250 Metros	Inic.	Masc.	Series	Torneio

Domingo, dia 31

Horário	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
09H00	60 M/Bar.	Master	Masc.	Series	Bar. Adequadas a cada escalão
	Triplo Salto	Master	Fem.	Final	Tábua de acordo com os atletas presentes
	Triplo Salto	Juv./Sen.	Fem.	Final	Torneio
	Lançamento de Peso	Master	Masc.	Final	7,260,-6,-5,-4,-3,- Kg. De acordo c/escalão
09H15	60 M/Bar.	Master	Fem.	Series	Bar. Adequadas a cada escalão
09H25	3.000 Metros	Master	Fem.	Series	
09H45	3.000 Metros	Master	Masc.	Series	
10H00	60 Metros	Juv./Sen.	Fem.	Series	Torneio
10H15	60 Metros	Juv./Sen.	Masc.	Series	Torneio
	Salto em Comprimento	Master	Masc.	Final	
10H30	200 Metros	Master	Fem.	Series	
10H40	200 Metros	Master	Masc.	Series	
10H50	800 Metros	Master	Fem.	Series	
11H00	800 Metros	Juv a Sen.	Fem.	Series	Torneio
	Salto em Altura	Master	Masc.	Final	Início da fasquia e sua progressão a definir pelos atletas presentes
	Salto em Altura	Juv. a Sen.	Masc.	Final	Torneio
11H15	800 Metros	Master	Masc.	Series	
11H25	800 Metros	Juv. a Sen.	Masc.	Series	Torneio
11H35	4x200 Metros	Master	Fem.	Series	
11H50	4x200 Metros	Master	Masc.	Series	

Nota: O programa pode ser ajustado no horário

Campeonato Distrital de Veteranos

1	A Associação de Atletismo de Aveiro vai realizar, nos dias 30 e 31 de Janeiro de 2021 o Campeonato Distrital de Master (Inverno), na pista de atletismo do Estádio Municipal de Vagos.
2	Estes Campeonatos destinam-se a atletas Master (Veteranos) (com mais de 35 anos na data de competição), masculinos e femininos, filiados na Associação de Atletismo de Aveiro.
3	Os atletas filiados na AAA devem apresentar-se com o dorsal que lhes foi atribuído para a época 2021.
4	Cada Clube pode inscrever um número ilimitado de atletas por prova.
5	Cada atleta pode participar em duas (2) provas por dia, num máximo de três (3) no conjunto das duas jornadas e ainda a estafeta 4x200m.
6	Nas estafetas podem participar atletas de diferentes escalões. O escalão é definido pelo atleta do escalão mais baixo (ex: atleta A M45, atleta B M45, atleta C M40 e atleta D35. O escalão será M35), (somente estafetas por clube).
7	Estes Campeonatos terão classificações individuais por escalão/sexo e coletivas por género, sendo a classificação coletiva elaborada através do somatório das pontuações obtidas pelos atletas de cada Clube, até ao máximo de três atletas por Clube/prova/escalão (os restantes serão considerados individuais para efeitos de classificação coletiva, “roubando” pontos desde que em lugares pontuáveis), segundo o seguinte esquema de pontuação: 1º. 8 pontos; 2º. 7 pontos; 3º-. 6 pontos; 4º. 5 pontos; 5º. 4 pontos; 6º. 3 pontos; 7º. 2 pontos; 8º. 1 ponto.
8	Os engenhos a utilizar (pesos), assim como as provas de corrida com barreiras, terão em consideração as normas internacionais previstas para as competições de veteranos.
9	Prémios: Medalhas para os três primeiros classificados em cada prova/escalão/género. Estafetas – medalhas para as três primeiras equipas, independentemente do escalão. Coletivos: Classificação separada por género, com prémios para as equipas classificadas nos 3 (três) primeiros lugares. Serão pontuadas as equipas de estafetas de cada escalão.
10	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.
11	Apresentação Câmara de chamada: corridas 10’ e concurso 20’ antes do horário previsto.
12	Os atletas devem de ser portadores de pelo menos 3 (Três) alfinetes para a correta colocação do dorsal.
13	DORSAL indispensável para qualquer competição organizada pela AA Aveiro. Atletas serão penalizados pela falta de dorsal original

Torneio Octaviano Costa

1	Este Torneio destina-se a atletas Benjamins/A.B, Infantis, Iniciados, Sub.23 e Seniores masculinos e Femininos, filiados na Associação de Atletismo de Aveiro.
2	A participação de atletas filiados em outras Associações Distritais será condicionada ao parecer da Direção Técnica Distrital de Aveiro, devendo os pedidos de participação dar entrada na A.A de Aveiro até às 12 horas de Quinta- feira que antecede a competição, através do e-mail aveiro@fpatletismo.org e da Associação a que pertence.
3	Os atletas terão que se apresentar com o dorsal que lhes foi atribuído para a época 2021.
4	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.
5	Nos concursos cada atleta só terá direito a 4 ensaios (Benjamins, Infantis e Iniciados)
6	Os atletas só poderão participar em 2 (duas) provas se, o torneio for num só dia e em 3 se for em dois dias (duas jornadas) e previstas para o seu escalão etário.
7	Os atletas devem ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para a correta colocação do dorsal
8	DORSAL indispensável para qualquer competição organizada pela AA Aveiro. Serão penalizados os atletas sem o dorsal original
9	Apresentação: corridas 10 minutos antes, concursos 20 minutos antes do horário previsto.
10	Serão elaboradas classificações individuais.