



## ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO

Campeonato Distrital de Juniores Inverno

Triatlo Técnico

Pista de Atletismo de Aveiro/Campus Universitário

16 e 24/Janeiro 2016

1ª. Jornada - Sábado, dia 16

Horario	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
14H30	<b>60 M/Bar. (0.76)</b>	<b>Infantis</b>	<b>Fem.</b>	<b>Triatlo</b>	
14H45	<b>60 M/Bar. (0.76)</b>	<b>Iniciados</b>	<b>Fem.</b>	<b>Triatlo</b>	
14H55	60 metros	Juv./Jun.	Fem.	Elim.	
	Comprimento	Juv./Jun.	Fem.	Final	
	Salto c/ Vara	Juv./Jun.	Masc.	Final	Início da fasquia de acordo com os atletas presente.
15H10	60 metros	Juv./Jun.	Masc.	Elim.	
15H25	5.000 M/Mx (Pista 1/4)	Juv./Jun.	Masc.	Final	
	3.000 M/Mx (Pista 4/8)	Juv./Jun.	Fem.	Final	
	<b>Peso (2 Kg)</b>	<b>Infantis</b>	<b>Fem.</b>	<b>Triatlo</b>	
	<b>Peso (3 Kg)</b>	<b>Iniciados</b>	<b>Fem.</b>	<b>Triatlo</b>	
16H00	60 metros	Juv./Jun.	Fem.	Final	
16H15	60 metros	Juv./Jun.	Masc.	Final	
	Comprimento	Juv./Jun.	Masc.	Final	
	Peso (4 Kg)	Juv./Jun.	Fem.	Final	
	Salto em Altura	Juv./Jun.	Fem.	Final	1,28; 1,33; 1,38; 1,43; 1,46; 1,49; 1,52; 1,55,...
16H25	1.500 metros	Juv./Jun.	Fem.	Serie	
16H45	1.500 metros	Juv./Jun.	Masc.	Serie	
	<b>Comprimento</b>	<b>Infantis</b>	<b>Fem.</b>	<b>Triatlo</b>	
	<b>Comprimento</b>	<b>Iniciados</b>	<b>Fem.</b>	<b>Triatlo</b>	
17H00	400 metros	Juv./Jun.	Fem.	Serie	
17H15	400 metros	Juv./Jun.	Masc.	Serie	

2ª. Jornada - Domingo, dia 24

Horario	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
09H30	<b>60 m/ Bar. (0,76)</b>	<b>Infantis</b>	<b>Masc.</b>	<b>Triatlo</b>	
09H40	<b>60 m/ Bar. (0,84)</b>	<b>Iniciados</b>	<b>Masc.</b>	<b>Triatlo</b>	
09H50	3.000 metros	Juv./Jun.	Fem.	Serie	
	Triplo salto	Juv./Jun.	Fem.		Tábua de acordo com os atletas presentes
	Salto em Altura	Juv./Jun.	Masc.	Final	1,41; 1,46; 1,51; 1,56; 1,59; 1,62; 1,65; 1,68,...
10H15	3.000 metros	Juv./Jun.	Masc.	Serie	
10H35	200 metros	Juv./Jun.	Masc.	Serie	
10H50	200 metros	Juv./Jun.	Fem.	Serie	
	<b>Lançamento de Peso (3 Kg.)</b>	<b>Infantis</b>	<b>Masc.</b>	<b>Triatlo</b>	
	<b>Lançamento de Peso (4 Kg.)</b>	<b>Iniciados</b>	<b>Masc.</b>	<b>Triatlo</b>	
	Vara	Juv./Jun.	Fem.	Final	Início da fasquia de acordo com os atletas presente.
	Lançamento de Peso (6Kg.)	Juv./Jun.	Masc.	Final	
11H00	60 m/Bar. (0,84)	Juv./Jun.	Fem.	Elim.	5 Barreiras 13m-8,50m-13m
11H10	60 m/ Bar. (1,00)	Juv./Jun.	Masc.	Elim.	5 Barreiras 13,72m-9,14m-9,72m
11H20	800 metros	Juv./Jun.	Fem.	Serie	

	Triplo Salto	Juv./Jun.	Masc.	Final	Tábua de acordo com os atletas presentes
11H30	800 metros	Juv./Jun.	Masc.	Serie	
	<b>Comprimento</b>	<b>Infantis</b>	<b>Masc.</b>	<b>Triatlo</b>	
	<b>Comprimento</b>	<b>Iniciados</b>	<b>Masc.</b>	<b>Triatlo</b>	
11H40	60 m/Bar. (0,84)	Juv./Jun.	Fem.	Final	
11H50	60 m/ Bar. (1,00)	Juv./Jun.	Masc.	Final	
12H00	4x200 metros	Juv./Jun.	Fem.	Serie	
12H10	4x200 metros	Juv./Jun.	Masc.	Serie	

Nota: O Programa pode ser ajustado no horário

### Regulamentos

- Estes Campeonatos destinam-se a atletas Juvenis e Juniores, masculinos e femininos, filiados na Associação de Atletismo de Aveiro.
- Os atletas terão de apresentar com o dorsal atribuído para 2016.
- Os atletas poderão participar em duas provas por dia, num máximo de três, quando o programa da competição se distribuir por dois dias.
- 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.
- Para efeitos de contagem, as eliminatórias e finais de uma prova são consideradas como uma só.
- Os atletas do escalão de Juniores que participem numa corrida ou prova de marcha de distância igual ou superior a 1.500 metros, não poderão participar noutra corrida ou prova de marcha do mesmo dia.
- Os atletas do escalão de Juvenis que participem numa corrida ou prova 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 nessas provas, com exceção de provas de velocidade e barreiras com distâncias iguais ou inferiores a 110 metros, desde que essas provas, com exceção de provas se disputem antes da prova de corrida ou de marcha de distância igual ou superior a 300 metros onde o atleta participou.
- No caso de participar na eliminatória de uma prova de corrida de velocidade ou barreiras que se realize 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.
- Cada clube poderá inscrever um número ilimitado de atletas em cada prova, embora apenas os três melhores classificados sejam considerados para efeitos de classificação coletiva; os restantes serão considerados individuais para esse efeito.
- 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.
- Os desempates nas classificações coletivas serão feitos a favor dos clubes que obtiverem mais primeiros lugares no conjunto das provas do programa; se o empate subsistir, aplica-se o mesmo critério em relação aos segundos lugares e assim sucessivamente.
- As inscrições deverão ser feitas no secretariado até 30 minutos antes do início da respetiva prova, com indicação da melhor marca obtida desde 16/10/2014.
- Prémios: medalhas aos três primeiros de cada prova; taça às três primeiras equipas de cada género.
- Apresentação: corridas 10 minutos antes, concursos 20 minutos antes do horário previsto.

### Triatlo Técnico

- A Associação de Atletismo de Aveiro vai realizar o Triatlo Técnico, dias 17 e 24 de Janeiro de 2016.
- Este Torneio destina-se a atletas Benjamins/B, Infantis e Iniciados, masculinos e femininos, filiados na Associação de Atletismo de Aveiro.
- Os atletas terão que se apresentar com o dorsal que lhes foi atribuído para a época 2016.
- Cada Clube pode inscrever um máximo de três atletas em cada escalão sexo.
- Serão elaboradas classificações individuais por escalão/sexo.
- Prémios: medalhas aos três primeiros classificados por escalão/sexo

Delegado Técnico: