



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO

Atleta Completo Distrital
 Torneio Barco Mercantel
 Pista de Atletismo de Aveiro
 18/19 de Abril de 2015

18/Sábado

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
14H30	Lançamento Martelo (2,3,4,5,6 e 7,260 Kg.)	Inf. a Sen.	Fem/Masc		Torneio
15H30	100 M Planos	Juv.	Masc.	Octatlo	
	Lançamento de Disco (0,750/1Kg.)	Inic./Juv.	Fem.		Torneio
	Lançamento de Disco (1Kg.)	Jun./Sen.	Fem.		Torneio
15H45	80 Metros Planos	Inic.	Masc.	Heptatlo	
16H00	100 Metros Bar. (0,76)	Juv.	Fem.	Heptatlo	10 Bar./13,00-8,50-10,50
	Salto em Comprimento	Juv.	Masc.	Octatlo	
16H15	80 Metros Bar. (0,76)	Inic.	Fem.	Heptatlo	8 bar./12,00-8,00-12,00
16H30	60 Metros Planos	Inf.	Masc.	Pentatlo	
	Salto em Comprimento	Inic.	Masc.	Heptatlo	
16H40	Salto em Altura	Juv.	Fem.	Heptatlo	
	Lançamento de Disco (1/1,5Kg.)	Inic./Juv.	Masc.		Torneio
	Lançamento de Disco (1,750/2,00 Kg.)	Jun./Sen.	Masc.		Torneio
16H45	60 M Planos	Inf.	Fem.	Pentatlo	
17H00	1.000 Metros	Benj./Inf.	Fem.	Serie	Km/Jovem
17H10	1.000 Metros	Benj./Inf.	Masc.	Serie	Km/Jovem
	Lançamento de Dardo (500Grs.)	Inic.	Fem.	Heptatlo	
17H20	1.000 Metros	Inic.	Fem.	Serie	Km/Jovem
	Lançamento de Peso (5Kg.)	Juv.	Masc.	Octatlo	
17H35	1.000 Metros	Inic.	Masc.	Serie	Km/Jovem
17H40	Salto em Comprimento	Inf.	Masc.	Pentatlo	
17H45	1.000 Metros	Juv.	Fem.	Serie	Km/Jovem
17H50	Lançamento de Peso (3Kg.)	Juv	Fem.	Heptatlo	
17H55	1.000 Metros	Juvenis	Masc.	Serie	Km/Jovem
18H00	Lançamento de Peso (2Kg.)	Inf.	Fem.	Pentalo	
	Lançamento de Dardo (600Grs.)	Inic.	Masc.	Heptatlo	
18H10	1.000 Metros	Juv./Jun./Sen	Fem.	Serie	Km/Jovem Entram os melhores Juvenis
	Salto em Altura	Inic.	Fem.	Heptatlo	
18H20	1.000 Metros	Juv./Jun./Sen	Masc.	Serie	Km/Jovem Entram os melhores Juvenis
18H30	300 Metros Planos	Inic./Juv.	Fem.		Torneio
18H40	300 Metros Planos	Inic./Juv.	Masc.		Torneio
18H50	300 Metros Planos	Juv.	Masc.	Octatlo	
19H00	200 Metros Planos	Juv.	Fem.	Heptatlo	

19/Domingo

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
09H00	110 M/Bar. (0,91)	Juv.	Masc.	Octatlo	10 Bar./13,72-9,14-14,02
	Salto em Comprimento	Juv.	Fem.	Heptatlo	
	Lançamento de Peso (4/5 Kg.)	Inic./Juv.	Masc.		Torneio
	Lançamento de Peso (6/7,250 Kg.)	Jun./Sen.	Masc.		Torneio
09H15	80 Metros Planos	Inic.	Fem.	Heptatlo	
09H30	100 M/Bar. (0,84)	Inic.	Masc.	Heptatlo	10 Bar/13,00-8,50-10,50
09H40	Salto em Altura	Juv.	Masc.	Octatlo	
09H45	60 M/Bar. (0,76)	Inf.	Masc.	Pentatlo	6 Bar./12,00-7,50-10,50
	Salto em Comprimento	Inic.	Fem.	Heptatlo	
10H00	60 M/Bar (0,76)	Inf.	Fem.	Pentatlo	6 Bar./12,00-7,00-13,00
	Dardo (500 grs.)	Juv.	Fem.	Heptatlo	
10H10	100 Metros Planos	Juv./Sen.	Masc.		Torneio
	Lançamento de Peso (4Kg.)	Inic.	Masc.	Heptatlo	
10H20	100 Metros Planos	Juv./Sen.	Fem.		Torneio
10H30	60 Metros Planos	Benj. A/B	Fem.		Torneio
	Lançamento de Peso (3 Kg.)	Inf.	Masc,	Pentatlo	
	Salto em Comprimento	Inf.	Fem.	Pentatlo	
10H45	60 Metros Planos	Benj. A/B	Masc.		Torneio
10H55	800 Metros	Inic./Juv.	Fem.		Torneio
	Lançamento de Peso (3 Kg.)	Inic.	Fem.	Heptatlo	
	Lançamento de Peso (3 Kg.)	Inic./Juv.	Fem.		Torneio
	Lançamento de Peso (4 Kg.)	Jun./Sen.	Fem.		Torneio
	Lançamento de Dardo (700 grs.)	Juv.	Masc.	Octatlo	
11H05	800 Metros	Jun./Sen.	Fem.		Torneio
	Salto em Altura	Inic.	Masc.	Heptatlo	
11H15	800 Metros	Inic./Juv.	Masc.		Torneio
11H25	800 Metros	Jun./Sen.	Masc.		Torneio
11H35	800 Metros	Juv.	Fem.	Heptatlo	
11H45	1.000 Metros	Inf.	Masc.	Pentatlo	
11H55	1.000 Metros	Inf.	Fem.	Pentatlo	
12H05	800 Metros	Inic.	Fem.	Heptatlo	
12H15	1.000 Metros	Juv.	Masc.	Octatlo	
12H25	1.000 Metros	Inic.	Masc.	Heptatlo	

Atleta Completo Regulamento

1. A Associação de Atletismo de Aveiro, vai organizar nos dias 18 e 19 de Abril de 2015, o Torneio do Atleta Completo Distrital na Pista de Atletismo de Aveiro (Campus Universitário).
2. Este Torneio destina-se a atletas dos escalões de Infantis, Iniciados e Juvenis em representação de Clubes, Escolas na área de jurisdição das Associações de Aveiro. Cada Clube/Escola pode inscrever um número ilimitado de atletas filiados em cada escalão. Os atletas filiados na A.A. de Aveiro devem apresentar-se com o dorsal que lhes foi atribuído para a época 2015.
3. Serão elaboradas classificações individuais por escalão/sexo e coletivas masculinos e femininos.
4. A confirmação das inscrições deverá ser feita no local de competição, até 30 minutos antes do início da primeira prova.
5. Apresentação na câmara de chamada: corridas 10' e concursos 20' antes do horário previsto.
6. No salto em altura a progressão da fasquia será de 4 cm, sendo a altura inicial definida pelo Delegado Técnico, no dia da competição.
7. As classificações coletivas serão elaboradas através das pontuações obtidas pelo melhor atleta de cada Clube em cada uma das Provas Combinadas.
- 8. PRÉMIOS:**
Individuais: para os 3 (três) primeiros de cada escalão/género.
Coletivos: Classificação separada por género, com prémios para as equipas classificadas nos 3 (três) primeiros lugares.
9. Delegado Técnico:

Torneio Barco Mercantel Km/Jovem

- 1 – O Torneio destina-se a atletas Benjamins a Seniores masculinos e femininos.
- 2 – A participação de atletas filiados em outras Associações Distritais é condicionada ao parecer da Direção Técnica Regional, devendo os pedidos serem apresentados até às 12 horas de quinta-feira que antecede a competição.
- 3 – No Torneio apenas se destina a classificação individual.
- 4 – Confirmação e inscrições de acordo com o regulamento do atleta completo
- 5 – PRÉMIOS Km/Jovem**
Individuais: medalhas para os três primeiros de cada escalão (Fem. E Masc.)