



**ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO**  
**Campeonato Distrital de Inverno de Lançamentos Longos**  
**Torneio Cidade de Aveiro**  
**Pista de Atletismo de Aveiro/Campus Universitário**  
**16 de Fevereiro de 2013**

**Sábado, 16 de Fevereiro de 2013**

| Hora/Início | Prova                            | Escalaão      | Sexo  | Designação | Obs.: |
|-------------|----------------------------------|---------------|-------|------------|-------|
| 09H30       | Lançamento de Martelo (7,260 Kg) | Sub/23 a Sen. | Masc. | Final      |       |
| 09H30       | Lançamento de Martelo (6,00 Kg)  | Jun.          | Masc. | Final      |       |
| 09H30       | Lançamento de Martelo (5,00 Kg)  | Juv.          | Masc. | Final      |       |
| 10H00       | Lançamento de Martelo (4,00 Kg)  | Inic.         | Masc. | Final      |       |
| 10H00       | Lançamento de Martelo (4,00 Kg)  | Jun. a Sen.   | Fem.  | Final      |       |
| 11H00       | Lançamento de Martelo (3,00 Kg)  | Benj B/Inf.   | Masc. | Final      |       |
| 11H00       | Lançamento de Martelo (2,00 Kg)  | Benj B/Inf.   | Fem.  | Final      |       |
| 11H00       | Lançamento de Martelo (3,00 Kg)  | Inic. aJuv.   | Fem.  | Final      |       |

|       |                      |               |       |       |         |
|-------|----------------------|---------------|-------|-------|---------|
| 14H30 | Dardo (600 grs.)     | Jun. a Sen.   | Fem.  | Final |         |
| 14H30 | Dardo (500 grs.)     | Inic./Juv.    | Fem.  | Final |         |
| 14H30 | Dardo (400 grs.)     | Benj.B/Inf.   | Fem.  | Final |         |
| 14H30 | Disco (2 Kg.)        | Sub/23 a Sen. | Masc. | Final |         |
| 14H30 | Disco (1,750 Kg.)    | Jun.          | Masc. | Final |         |
| 14H30 | Disco (1,500 Kg.)    | Juv.          | Masc. | Final |         |
| 14H30 | Disco (1 Kg.)        | Inic.         | Masc. | Final |         |
| 14H30 | Disco (0,750 Kg.)    | Benj B/Inf.   | Masc. | Final |         |
| 14H30 | 60 M                 | Benj./Inf.    | Fem.  | Serie | Torneio |
| 14H40 | 60 M                 | Benj./Inf.    | Masc. | Serie | Torneio |
| 14H50 | 60 M                 | Inic.         | Fem.  | Serie | Torneio |
| 15H00 | 60 M                 | Inic.         | Masc. | Serie | Torneio |
| 15H10 | 60 M                 | Juv.aVet.     | Fem.  | Serie | Torneio |
| 15H20 | 60 M                 | Juv. a Vet.   | Masc. | Serie | Torneio |
| 15H30 | Dardo (800 grs.)     | Jun. a Sen.   | Masc. | Final |         |
| 15H30 | Dardo (700 grs.)     | Juv.          | Masc. | Final |         |
| 15H30 | Salto em Comprimento | Benj./Inf.    | Fem.  | Final | Torneio |
| 15H30 | 250 M                | Inic.         | Fem.  | Serie | Torneio |
| 15H40 | 250 M                | Inic.         | Masc. | Serie | Torneio |
| 15H50 | 300 M                | Juv. aVet.    | Fem.  | Serie | Torneio |
| 16H00 | Disco (1 Kg.)        | Juv. a Sen.   | Fem.  | Final |         |
| 16H00 | Disco (0,750 Kg.)    | Inic.         | Fem.  | Final |         |
| 16H00 | Disco (0,600 Kg.)    | Benj.B /Inf.  | Fem.  | Final |         |
| 16H00 | 300 M                | Juv. aVet.    | Masc. | Serie | Torneio |
| 16H10 | 1.000 M              | Juv. aVet.    | Fem.  | Serie | Torneio |
| 16H25 | 1.000 M              | Juv. aVet.    | Masc. | Serie | Torneio |
| 16H30 | Salto em Comprimento | Benj./Inf.    | Masc. | Final | Torneio |
| 16H30 | Dardo (600 grs.)     | Inic.         | Masc. | Final |         |
| 16H30 | Dardo (400 grs.)     | Benj.B/Inf.   | Masc. | Final |         |
| 16H40 | 4x60 M               | Benj./Inf.    | Fem.  | Serie | Torneio |
| 16H50 | 4x60 M               | Benj./Inf.    | Masc. | Serie | Torneio |

**Regulamento**

- 1 – A Associação de Atletismo de Aveiro vai realizar, no dia 16 de Fevereiro de 2013, o Campeonato Distrital de Inverno de lançamentos Longos e Torneio Cidade de Aveiro.
- 2 – Este Campeonato destina-se a atletas Infantis, Iniciados, Juvenis, Juniores e Seniores, masculinos e femininos, filiados na Associação de Atletismo de Aveiro.
- 3 – A participação de atletas filiados em outras Associações Distritais é condicionada a parecer da Direção Técnica Distrital, devendo os pedidos de participação dar entrada até às 12 horas de quinta-feira dia 15 que antecede a competição.  
**(Os atletas de outras Associações só têm direito em participar nos três (3) primeiros lançamentos.)**
- 4 – Cada Clube pode inscrever um máximo de dois atletas por prova.
- 5 – Cada atleta pode participar apenas nas provas previstas para o seu escalaão etário, num máximo de duas (2) provas.
- 6 – Este Campeonato terá classificações individuais por prova.
- 7 – **Prémios: - Medalhas para os três (3) primeiros em cada escalaão/género.**
- 8 – Torneio Cidade de Aveiro apenas haverá classificação individual e de acordo com o regulamento geral de competições
- 9 – Os atletas deverão efectuar a confirmação da inscrição no local da competição, até 30' antes do início da respectiva prova, com a indicação da melhor marca obtida desde 01/10/2011.
- 10 – Responsável pela competição:  
 Delegado Técnico: