



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO
Campeonato Distrital de Iniciados
Campeonato Distrital de Benjamins
Torneio Santa Joana

Pista de Atletismo de Aveiro/Campus Universitário
09/10 de Maio de 2015

1ª Jornada Sábado/09

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
15:00	100 M/Bar. (0.84)	Inf./Inic.	Masc.	Elim.	10 Bar.-13,00-8,50-10,50
	Arremesso de Bola (200Grs.)	Benj./A	Masc	Final	
	Martelo (4Kg.)	Inf./Inic.	Masc.	Final	
	Lançamento de Peso (2Kg.)	Benj./B	Masc	Final	
	Lançamento de Peso (3Kg.)	Inf./Inic.	Fem.	Final	
15:15	80 M/Bar. (0.76)	Inf./Inic.	Fem.	Elim.	8 Bar. -12,00-8,00-12,00
15:30	50M/Br. (0,50)	Benj./A	Fem.	Series	5 Bar. – 11/6/15
15:40	50 M/Bar. (0,50)	Benj./A	Masc	Series	5 Bar. – 11/6/15
15:50	250m	Inf./Inic.	Fem.	Series	
	Vara	Inf./Inic.	Masc.	Final	Progresso da fasquia de acordo com os atletas presentes
	Vara	Juv./Sen.	Masc.	Final	Progresso da fasquia de acordo com os atletas presentes – Torneio
	Salto em Comprimento	Benj./B	Fem.	Final	
	Quadruplo salto	Inic.	Fem.	Final	E+E+D+D+Queda ou D+D+E+E+Queda
	Arremesso de Bola (200Grs.)	Benj./A	Fem.	Final	
16:05	250m	Inf./Inic.	Masc.	Series	
16:15	100M/Bar. (0.84)	Inf./Inic.	Masc.	Final	
16:25	80M/Bar. (0.76)	Inf./Inic.	Fem.	Final	
	Lançamento de Peso (2Kg.)	Benj./B	Fem.	Final	
	Disco (1Kg.)	Inf./Inic.	Masc.	Final	
	Dardo (500 grs.)	Inf./Inic.	Fem.	Final	
16:40	1.500m	Inic.	Fem.	Series	
16:55	1.500m	Inic.	Masc.	Series	
17:10	600 Metros	Benj./B	Fem.	Series	
17:25	600 Metros	Benj./B	Masc	Series	
	Salto em Comprimento	Benj./B	Masc	Final	
	Salto em Comprimento	Inf./Inic.	Masc.	Final	
	Tripla salto	Benj./B.	Fem.	Final	DIR.>ESQ.>Apoio caixa areia ESQ.>DIR.>Apoio caixa areia
	Altura	Inf./Inic.	Fem.	Final	1.14-1.19-1.24-1.29-1.32-1.35...
	Altura	Juv./Sen.	Fem.	Final	Torneio
17:40	500 Metros	Benj./A	Fem.	Series	
17H55	500 Metros	Benj./A	Masc	Series	
	Lançamento de Anel	Benj./B	Fem.	Final	
18:05	4.000M/Mx	Inf./Inic.	Fem.	Final	Pista 1/4
	4.000M/Mx	Inf./Inic.	Masc.	Final	Pista 4/8
18:30	400 M/Bar. (0,76)	Juv./Sen.	Fem.	Series	10 bar. -45,00-35,00-40,00 - Torneio
18:40	400 M/Bar. (0,914)	Juv./Sen.	Masc.	Series	10 bar. -45,00-35,00-40,00 - Torneio

2ª. Jornada Domingo/10

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
9:00	60 Metros Planos	Benj./B	Fem.	Serie	
	Arremesso de Bola (200Grs.)	Benj./B	Fem.	Final	
	Martelo (3Kg.)	Inf./Inic.	Fem.	Final	
	Dardo (600Grs.)	Inf./Inic.	Masc.	Final	
	Vara	Inf./Inic.	Fem.	Final	Progressão da fasquia de acordo com os técnicos dos atletas presentes.
	Vara	Juv./Sen.	Fem.	Final	Progressão da fasquia de acordo com os técnicos dos atletas presentes. - Torneio
09:15	60 Metros Planos	Benj./B	Masc	Serie	
09:25	50 Metros Planos	Benj./A	Fem.	Serie	
09:35	50 Metros Planos	Benj./A	Masc	Serie	
09:45	1.500M/Obst.	Inic.	Fem.	Final	
10:00	1.500M/Obst.	Inic.	Masc.	Final	
	Peso (4Kg.)	Inf./Inic.	Masc.	Final	
	Arremesso de Bola (200Grs.)	Benj./B	Masc	Final	
	Quadruplo salto	Inic.	Masc.	Final	E+E+D+D+Queda ou D+D+E+E+Queda
10:10	80m	Inf./Inic.	Fem.	Elim.	
10:25	80m	Inf./Inic.	Masc.	Elim.	
10:40	150 Metros Planos	Benj./B	Fem.	Serie	
10:55	150 Metros Planos	Benj./B	Masc	Serie	
11:05	250 Metros/Bar. (0,76)	Inf./Inic.	Fem.	Serie	6 Bar.- 35/35/40m
	Disco (750Grs)	Inf./Inic.	Fem.	Final	
	Lançamento de Anel	Benj./B	Masc.	Final	
	Triplo Salto	Benj./B	Masc.	Final	DIR.>ESQ.>Apoio caixa areia ESQ.>DIR.>Apoio caixa areia
11:20	250 Metros/Bar. (0,76)	Inf./Inic.	Masc.	Serie	6 Bar.- 35/35/40m
	Altura	Inf./Inic.	Masc.	Final	1.24-1.29-1.34-1.39-1.44-1.49-1.52-1.55-1.58...
	Altura	Juv./Sen.	Masc.	Final	Torneio
	Salto em Altura	Benj./B	Masc	Final	(0,80-0,85-0,90-0,95-1,00-1,03-1,06...
	Salto em Altura	Benj./B	Fem.	Final	(0,80-0,85-0,90-0,95-1,00-1,03-1,06...
	Comprimento	Inf./Inic.	Fem.	Final	
	Salto em Comprimento	Benj./A	Fem.	Final	
	Salto em Comprimento	Benj./A	Masc	Final	
11:35	80m	Inf./Inic.	Fem.	Final	
11:50	80m	Inf./Inic.	Masc.	Final	
12:00	120 Metros Planos	Benj./A	Fem.	Serie	
12:10	120 Metros Planos	Benj./A	Masc.	Serie	
12:20	800m	Inf./Inic.	Fem.	Serie	
12:30	800m	Inf./Inic.	Masc.	Serie	
12:40	4x20 Metros	Benj.A/B	Fem./Masc	Serie	

Regulamento Campeonato Distrital de Iniciados

1. Estes campeonatos destina-se a atletas masculinos e femininos dos escalões de infantis e iniciados, filiados na AA Aveiro. Os atletas devem apresentar-se com o dorsal que lhes foi atribuído para a época de 2015. Os atletas de outras associações distritais podem participar, desde que devidamente autorizados, devendo as respetivas inscrições dar entrada na Associação Distrital de Aveiro até às 12 horas de quinta-feira anterior à competição.
2. Os atletas poderão participar em três provas por competição quando este se disputar numa só jornada, ou disputar 4 provas quando a competição de disputar em 2 dias, realizando neste caso duas provas por jornada.
3. Os atletas iniciados que participem numa corrida ou prova de marcha de distância igual ou superior a 250 metros, não poderão participar em mais nenhuma corrida, prova de marcha ou concurso dessa jornada que se venha a realizar posteriormente, com exceção da estafeta de 4x80 metros no Campeonato Distrital de Iniciados, podendo participar noutras que se realizem antes.
4. No caso de o atleta estar a participar num concurso que ainda não tenha terminado, quando o atleta realiza uma prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 250 metros, o atleta não poderá continuar a participar nesse concurso após a realização da corrida.
5. No caso de o atleta participar na eliminatória de uma corrida de velocidade ou barreiras que se realize antes de uma prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 250 metros em que o atleta participe, se o atleta for apurado para uma final que se realize após esta prova, não poderá participar nessa final.
6. Os atletas infantis que participem numa corrida de 150 metros não podem participar em mais nenhuma corrida que se dispute posteriormente nessa jornada com exceção da estafeta de 4x60 metros (no caso específico deste campeonato será considerada a estafeta de 4x80 metros), podendo participar nas que se disputem antes.
7. Os atletas infantis que participem numa prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 600 metros, não podem participar em mais nenhuma prova (corrida, marcha ou concurso) que se dispute posteriormente nessa jornada, podendo assim participar em provas que se disputem antes.
8. No caso do atleta infantil estar a participar num concurso que ainda não tenha terminado, e se desloque para participar numa prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 600 metros, não poderá continuar a participar nesse concurso após a realização dessa prova.
9. O atleta infantil no caso de participar na eliminatória de uma prova de velocidade ou barreiras que se realize antes de uma prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 600 metros em que o atleta participe, se o atleta for apurado para uma final que se realize após esta prova, não poderá participar nessa final.
10. Cada clube pode inscrever um número ilimitado de atletas por prova. No entanto, apenas os três melhores classificados serão considerados para efeitos de classificação coletiva, sendo os restantes considerados individuais.
11. Serão elaboradas classificações individuais e coletivas, sendo as classificações coletivas elaboradas de acordo com o seguinte esquema de pontuação em cada prova: 8-7-6-5-4-3-2-1.
12. 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.
13. **Prémios:** medalhas aos três primeiros classificados de cada prova e Taças às três primeiras equipas Masc. e Fem.
14. As inscrições deverão ser feitas no secretariado 30 min antes do início da respetiva prova, com indicação da melhor marca obtida desde 16-10-2013.

***Nota:** Após a conclusão da 2ª Jornada é contabilizada os pontos das estafetas que se realizaram em 04 de Abril de 2015 no Luso, para a classificação coletiva.

Regulamento Campeonato Distrital de Benjamins

1. Este Campeonato destina-se a atletas masculinos e femininos do escalão de Benjamins A/B, filiados na Associação de Atletismo de Aveiro, devendo apresentar-se com o dorsal que lhe foi atribuído para a época de 2015.
2. A participação de atletas filiados noutras Associações Distritais é condicionada ao parecer da Direção Técnica Distrital, devendo os pedidos de participação darem entrada até às 12 horas de quinta-feira que antecede à competição.
3. Os atletas poderão participar num máximo de 4 (quatro) provas do programa, podendo só participar no máximo em 2 (duas) provas por dia incluindo a estafeta.
4. Cada clube poderá inscrever um número ilimitado de atletas em cada programa, embora apenas os três melhores classificados sejam considerados para efeitos de classificação coletiva; os restantes serão considerados individuais para este efeito.
5. 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.
6. 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.
7. **Nos concursos os atletas apenas terão direito a 4 (quatro) lançamentos/saltos.**
8. As inscrições deverão ser feitas no secretariado até 30 minutos antes do início da respetiva prova, com indicação da melhor marca obtida desde 16/10/2013.
9. **Triplo Salto** os atletas ao fazerem a chamada com o pé esquerdo será: DIR.>ESQ.> Apoio caixa de areia. Chamada com o pé direito será: ESQ.>DIR.> Apoio caixa de areia.
10. Prémios:
Campeonato Distrital de benjamins: medalhas aos 3 (três) primeiros e diploma a partir do 4º. Lugar a todos os participantes em cada prova. Taças às 3 (três) primeiras equipas por género (masculino e feminino).
11. Apresentação: corridas 10´ e concursos 15 minutos do horário previsto

Delegado Técnico: