



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO

Campeonato Distrital de Veteranos

Provas Combinadas

Torneio de Reis (2ª. Jornada)

Pista de Atletismo de Aveiro/Campus Universitário

10/11 janeiro de 2015

Sábado , 10 de janeiro de 2015

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
14H15	60 Metros	Vet.	Masc.	Pentatlo	
14H25	60 metros	Vet.	Fem.	Serie	
	Salto c/ vara	Vet.	Fem.	Final	Altura inicial e progressão da fasquia a definir pelo Delegado Técnico no dia da competição
	Salto c/ vara	Vet.	Masc.	Final	Altura inicial e progressão da fasquia a definir pelo Delegado Técnico no dia da competição
	Salto c/ vara	Juv/Jun./Sen	Masc./Fem	Final	Torneio de Reis
	Salto em Altura	Vet.	Fem.	Final	Altura inicial e progressão da fasquia a definir pelo Delegado Técnico no dia da competição
14H40	60 Metros	Juv./Jun.	Masc.	Heptatlo	
14H55	60 Metros	Sub/23 a Sen.	Masc.	Heptatlo	
	Comprimento	Vet.	Masc.	Pentatlo	
	Comprimento	Juv./Jun.	Masc.	Heptatlo	
	Comprimento	Sub/23 a Sen.	Masc.	Heptatlo	
15H05	60 metros planos	Vet.	Masc.	Serie	
15H15	3.000 m/mx	Vet.	Fem.	Serie	
	3.000 m/mx	Vet.	Masc.	Serie	
	3.000 m/mx	Juv/Jun./Sen	Fem./Masc	Serie	Torneio de Reis
15H40	1.500 metros	Vet.	Fem.	Serie	
15H55	1.500 metros	Juv/Jun./Sen.	Fem.	Serie	Torneio de Reis
	Lanç. de Peso	Vet.	Masc.	Pentatlo	Utilização dos Engenhos previsto para cada escalão (P.C.)
	Lanç. de Peso (a)	Vet.	Fem.	Final	(a) 4kg. F. 35, F.45/3 KgF.50
	Lanç. de Peso (5 e 6 Kg.)	Juv./Jun.	Masc.	Heptatlo	
	Lanç. de Peso (7,260 Kg.)	Sub/23 a Sen.	Masc.	Heptatlo	
	Triplo salto	Vet.	Masc.	Final	
16H10	1.500 metros	Vet.	Masc.	Serie	
16H25	1.500 metros	Juv/Jun./Sen	Masc.	Serie	Torneio de Reis
	Salto em Altura	Vet.	Masc.	Pentatlo	
	Salto em Altura	Juv./Jun.	Masc.	Heptatlo	
	Salto em Altura	Sub/23 a Sen.	Masc.	Heptatlo	
16H40	400 metros planos	Vet.	Fem.	Serie	
16H55	400 metros planos	Jun/Sen.	Fem.	Serie	Torneio de Reis
17H05	400 metros planos	Vet.	Masc.	Serie	
17H15	400 metros planos	Jun./Sen	Masc.	Serie	Torneio de Reis
17H25	1.000 metros	Vet.	Masc.	Pentatlo	

Domingo, 11 de janeiro de 2015

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
09H00	60 metros/Bar. (0,76 e 0.84)	Juv./Jun. a Vet.	Fem.	Pentatlo	Pentatlo Fem.-5 Bar.-13,00/08,50/13,00 (altura e distância ajustável para atletas Vet. de acordo com o escalão.
09H10	60 metros/Bar. (0.76)	Vet.	Masc	Serie	Características de Barreiras adequadas a cada escalão
	Triplo Salto	Vet.	Fem.	Final	
	Salto em Altura	Juv./Jun. a Vet.	Fem.	Pentatlo	
	Lançamento de Peso (b)	Vet.	Masc.	Final	(b) 7,260 Kg., 6Kg., 5Kg., 4Kg., 3Kg., de acordo com o escalão
09H20	60 metros/Bar. (0,91 e 1.00)	Juv./Jun.	Masc.	Heptatlo	
09H30	60 metros/Bar. (1.06)	Sub/23 a Sen	Masc.	Heptatlo	
09H40	60 metros/Bar. (0.76)	Vet.	Fem.	Serie	Características de Barreiras adequadas a cada escalão
09H50	200 metros	Vet.	Fem.	Serie	
10H00	200 metros	Juv/Jun/Sen	Fem.	Serie	Torneio de Reis
10H10	200 metros	Vet.	Masc.	Serie	
10H20	200 metros	Juv/Jun/Sen	Masc	Serie	Torneio de Reis
	Salto c/ Vara	Juv./Jun.	Masc.	Heptatlo	
	Salto c/ Vara	Sub/23 a Sen	Masc.	Heptatlo	
	Lançamento de Peso (3 e 4kg)	Juv./Jun. a Vet.	Fem.	Pentatlo	
10H30	800 metros	Vet.	Fem.	Serie	
10H45	800 metros	Juv/Jun/Sen	Fem.	Serie	Torneio de Reis
	Salto em Comprimento	Vet.	Fem.	Final	
	Salto em Altura	Vet.	Masc.	Final	Altura inicial e progressão da fasquia a definir pelo Delegado Técnico no dia da competição
11H00	800 metros	Vet.	Masc.	Serie	
11H15	800 metros	Juv/Jun/Sen	Masc.	Serie	Torneio de Reis
	Salto em Comprimento	Juv./Jun. a Vet.	Fem.	Pentatlo	
11H25	3.000 metros	Vet.	Fem.	Serie	
11H45	3.000 metros	Vet.	Masc.	Serie	
12H05	1.000 metros	Juv./Jun.	Masc.	Heptatlo	
12H15	1.000 metros	Sub/23 a Sen.	Masc.	Heptatlo	
12H25	800 metros	Juv./Jun. a Vet.	Fem.	Pentatlo	
12H35	4x 200 metros	Vet.	Fem.	Serie	
12H45	4x 200 metros	Vet.	Masc.	Serie	

NOTA: O programa poderá ser ajustado no horario.

Regulamentos
Campeonato Distrital de Veteranos

1. A Associação de Atletismo de Aveiro vai realizar, nos dias 10 e 11 de janeiro de 2015 o Campeonato Distrital de Veteranos (Inverno).
2. Estes Campeonatos destinam-se a atletas Veteranos (com mais de 35 anos na data de competição), masculinos e femininos, filiados na Associação de Atletismo de Aveiro.
Os atletas filiados na AAA devem apresentar-se com o dorsal que lhes foi atribuído para a época 2015.
3. Cada Clube pode inscrever um número ilimitado de atletas por prova.
4. 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.
5. 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.
6. 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.
7. **Prémios: Individuais: Medalha para o primeiro classificado em cada prova/escalão/género e diplomas aos 2ºs e 3ºs lugares.**
Coletivos: Classificação separada por género, com prémios para as equipas classificadas nos 3 (três) primeiros lugares.
8. As inscrições deverão ser confirmadas no local da competição, até 30 minutos antes do início de cada prova, com a indicação da melhor marca desde 16/10/2013.
9. **Chama-se a atenção de todos os interessados para a necessidade de preencher corretamente a ficha de inscrição que será colocada à disposição, com particular cuidado no que respeita à data de nascimento para um correto enquadramento no escalão em que competirá, com particular interesse para as provas de barreiras e lançamento de peso.**
10. Apresentação Câmara de chamada: corridas 10' e concurso 20' antes do horário previsto.

Campeonato de Provas Combinadas

- 1 – A Associação de Atletismo de Aveiro vai realizar, nos dias 10 e 11 de Janeiro de 2015, o Campeonato de Provas Combinadas (Inverno).
- 2 – Este Campeonato destina-se a atletas Juvenis, Juniores, Seniores e Veteranos, masculinos e femininos, filiados na Associação de Atletismo de Aveiro. Os atletas filiados na AAA devem apresentar-se com o dorsal que lhes foi atribuído para a época 2015.
- 3– Neste Campeonato haverá unicamente classificação individual.
- 4 – A confirmação das inscrições deverá ser feita no local de competição, até 30 minutos antes do início da primeira prova.
- 5 – Salto em Altura: a progressão da fasquia será de 3 cm, sendo a altura inicial definida com os Técnicos dos atletas participantes.
- 6 – Salto à Vara: a progressão da fasquia será de 10 cm, sendo a altura inicial definida com os Técnicos dos atletas participantes.
- 7 – **PRÉMIOS:**
Individuais: Para os 3 (três) primeiros em cada escalão/género (Juvenis, Juniores, Sub/23, Seniores e Veteranos)

Torneio dos Reis

- 1 - Este torneio destina-se a atletas filiados na AA de Aveiro, Juvenis, Juniores e Seniores.
- 2 - Os atletas terão de se apresentar com o dorsal atribuído para 2015.
- 3 - Apresentação 10' para corridas e 20' para os concursos.
- 4 - As inscrições deverão ser feitas no secretariado até 30' antes do início da respetiva prova, com indicação da melhor marca obtida desde 16/10/2013.
- 5 - Delegado Técnico