



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE SANTARÉM

COMUNICADO Nº 27 - 2015-2016

CAMPEONATOS DISTRITAIS DE JUNIORES DE SANTARÉM E LEIRIA

+

CAMPEONATO REGIONAL P. COMBINADAS JUNIORES E ABSOLUTOS

RIO MAIOR 04/05.16

1ª JORNADA – 04 / 06 / 2016

⌚	PROVA	SEXO	OBSERV.
15H00	100 m.	Masc.	DECATLO
	Comprimento	Masc.	
15H15	100 m.	Masc.	Elim.
	Altura	Fem.	a)
	Martelo	Fem.	4 kg
	Vara	Masc.	b)
15H25	100 m.	Fem.	Elim.
15H40	100 m. Barr.	Fem.	HEPTATLO
	Comprimento	Masc.	DECATLO
15H50	400 m.	Masc.	Séries
	Dardo	Masc.	800 gr.
16H10	400 m.	Fem.	Séries
	Comprimento	Fem.	
	Peso	Masc.	6 Kg
16H25	1.500 m.	Masc.	Séries
16H35	1.500 m.	Fem.	Séries
	Altura	Fem.	HEPTATLO
16H45	3.000 m Obst.	Fem.	
	Peso 6/7kg	Masc.	DECATLO
17H00	100 m.	Masc.	Final
	Disco	Fem.	1 Kg
17H10	100 m.	Fem.	Final
17H20	5.000 m.	Masc.	
	Peso 4kg	Fem.	HEPTATLO
17H40	4 x 100 m.	Masc.	
	Altura	Masc.	DECATLO c)
17H55	4 x 100 m.	Fem.	
18H10	200 m.	Fem.	HEPTATLO
18H15	5.000Marcha	Fem.	Pista 1 Jun
	5.000Marcha	Masc.	Pista 5 Jun
19H00	400 M.	Masc.	DECATLO

- a)** Início do concurso: 1,30 metro, sobe de 5 em 5 cm.. Quando houver 3 atletas sobe de 3 em 3 cm.
- b)** Início do concurso: 2,20 metros, sobe de 20 em 20 cm., até 2,80, depois de 10 em 10 cm.
- c)** Inicia a 1,40 e sobe sempre de 3 em 3 cm.

¹ A Associação na Internet em – www.aasantarem.pt e www.aasantarem.blogspot.com

2ª JORNADA - 05 / 06 / 2016

	PROVA	SEXO	OBSERV.
09H15	110 Barr.(1,00) Vara	Jun.Mas Fem.	DECATLO d)
09H25	110 Barr.(1,06)	Masc.	DECATLO
09H30	3.000m.Obst Martelo	Masc.	6 kg
	Triplo	Masc.	Tábuas a 7 e 9m
	Dardo	Fem.	600 gr.
09H50	3.000 m.	Fem.	
10H00	3.000 m. Comprimento	Masc.	
	Disco	Fem.	HEPTATLO
10H25	400 m. bar.	Jun/Sen.	DECATLO (1,75/2Kg)
10H40	400 m. bar.	Masc.	Séries
10H55	200 m.	Fem.	Séries
	Vara	Masc.	Séries
11H05	200 m.	Masc.	DECATLO e)
	Peso	Fem.	Séries
	Triplo	Fem.	4 Kg
	Disco	Masc.	Tabuas a 11 e 13m
	Altura	Masc.	1,750 Kg
11H25	110 m. bar.	Masc.	f)
	Dardo 600gr	Masc.	1,00 Elim. Jun
11H40	100 m. bar.	Fem.	HEPTATLO
12H00	800 m.	Fem.	0,84 Elim.
12H15	800 m.	Masc.	Séries
12H25	800 m.	Fem.	Séries
12H30	110 m. bar.	Fem.	HEPTATLO
	Dardo 800gr.	Masc.	1,00 Final Jun.
12H40	100 m. bar.	Masc.	DECATLO
12H55	4 x 400 m.	Fem.	0,84 Final
13H10	4 x 400 m.	Masc.	Séries
13H20	1500m.	Fem.	Séries
		Masc.	DECATLO

d) Início do concurso a 1,80 metro, subindo de 10 em 10 cm..

e) Inicia a 2,00 e sobe sempre de 10 em 10 cm.

f) Início do concurso a 1,50 metros, subindo de 5 em e cm., até haver 3 atletas em prova. A partir daí subirá de 3 em 3 cm.

REGULAMENTO DO CAMPEONATO REGIONAL DE JUNIORES:

01. Podem participar todos os atletas Masc./Fem. dos escalões Juvenis e Júniores devidamente filiados na AAS na presente época.
02. Os **atletas poderão participar num máximo de quatro provas, desde que uma delas seja a estafeta curta, podendo participar no máximo em duas provas por dia.**
03. Os Juvenis que participem numa prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 300m, não poderão participar posteriormente nessa jornada noutra prova de corrida, prova de marcha ou concurso nessa jornada. Estes atletas poderão participar em todas as provas com excepção dos 3.000 m. Obstáculos, 5.000 m..
04. Os atletas Júniores que participem em corridas ou provas de marcha de distância igual ou superior a 1.500 metros, não poderão participar noutra corrida ou prova de marcha nessa jornada, independentemente da ordem de participação nessas provas.
05. Nas provas de velocidade haverá final para a AAS e para a ADAL nos concursos passarão á final os 6 melhores classificados de cada Associação.
06. Haverá classificação Individual e coletiva contanto para esta pontuação 3 atletas por clube/prova.
07. Prémios aos 3 primeiros classificados de cada prova e Taça às 3 primeiras equipas.

REGULAMENTO DO CAMPEONATO REGIONAL DE JUNIORES E ABSOLUTO P.COMBINADAS:

- a) Os atletas juvenis poderão participar no Camp. de Júniores.
- b) Haverá prémio para os 3 primeiros classificados de cada escalão sexo
- c) Será aplicado o RGC da FPA, referente a Provas Combinadas.