



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DA GUARDA

20º TORNEIO DISTRITAL "ATLETA COMPLETO"

01 E 02 DE ABRIL DE 2006

PISTA DE ATLETISMO DO ESTÁDIO MUNICIPAL DE SEIA

1. O 20º Torneio Distrital "Atleta Completo" insere-se na "Campanha Viva o Atletismo" e irá decorrer nos dias 01 e 02 de Abril de 2006, na Pista de Atletismo do Estádio Municipal de Seia.
2. Este Torneio é uma Organização da Associação de Atletismo da Guarda.
3. As provas do Programa terão início a partir das 15h30' de Sábado (1ª Jornada) e 09h30' de Domingo (2ª Jornada).
4. O "Torneio Atleta Completo" é um Torneio de Provas Combinadas e destina-se a todos os atletas dos escalões: Infantis, Iniciados e Juvenis - de ambos os sexos, que pretendam participar, em representação individual e colectiva.
5. As provas de cada escalão são as seguintes, sendo obrigatória a realização de todas:
 - Infantil Feminino: *Tetratlo* - 60m Bar.; Peso/2Kg * Altura; 1 000m.
 - Infantil Masculino: *Tetratlo* - 60m Bar.; Altura * Peso/3Kg; 1 000m.
 - Iniciado Feminino: *Hexatlo* - 80m Bar.; Altura; Dardo/400g * Comprimento; Peso/3Kg; 800m.
 - Iniciado Masculino: *Hexatlo* - 100m Bar.; Comprimento; Dardo/400g * Altura; Peso/4Kg; 1 000m.
 - Juvenil Feminino: *Hexatlo* - 100m Bar.; Altura; Peso/3Kg * Comprimento; Dardo/600g; 800m.
 - Juvenil Masculino: *Octatlo* - 100m; Comprimento; Peso/5Kg; 400m * 110m Bar.; Altura; Dardo/700g; 1 000m.
6. Cada Clube ou Escola pode apresentar a quantidade de atletas que entender.
7. As inscrições poderão ser realizadas até 15 minutos antes do início das Competições.

8. PROGRAMA/HORÁRIO:

1ª JORNADA - SÁBADO, 01 ABRIL		
15h30'	100m	Octatlo Juv. Masc.
15h50'	100m Bar.	Hexatlo Inic. Masc
16h05'	100m Bar.	Hexatlo Juv. Fem.
	Comprimento	Octatlo Juv. Masc.
16h25'	80m Bar.	Hexatlo Inic. Fem.
	Altura	Hexatlo Juv. Fem.
16h40'	60m Bar.	Tetratlo Inf. Masc.
	Comprimento	Hexatlo Inic. Masc
16h55'	60m Bar.	Tetratlo Inf. Fem.
17h00'	Peso/5Kg	Octatlo Juv. Masc.
17h10'	Altura	Hexatlo Inic. Fem.
17h30'	Peso/3Kg	Hexatlo Juv. Fem.
17h40'	Dardo/400g	Hexatlo Inic. Masc
17h50'	Altura	Tetratlo Inf. Masc.
17h55'	Peso/2Kg	Tetratlo Inf. Fem.
	Dardo/400g	Hexatlo Inic. Fem.
18h15'	400m	Octatlo Juv. Masc.

2ª JORNADA - DOMINGO, 02 ABRIL		
09h30'	110m Bar.	Octatlo Juv. Masc.
	Comprimento	Hexatlo Juv. Fem.
09h40'	Peso/3Kg	Tetratlo Inf. Masc.
	Altura	Octatlo Juv. Masc.
10h05'	Comprimento	Hexatlo Inic. Fem.
10h15'	Dardo/600g	Hexatlo Juv. Fem.
10h30'	Altura	Hexatlo Inic. Masc
10h40'	Peso/3Kg	Hexatlo Inic. Fem.
10h55'	Dardo/700g	Octatlo Juv. Masc.
11h10'	Altura	Tetratlo Inf. Fem.
11h15'	1 000m	Tetratlo Inf. Masc.
11h20'	Peso/4Kg	Hexatlo Inic. Masc
11h25'	800m	Hexatlo Juv. Fem.
11h30'	<i>Actividades para Benjamins</i>	
11h35'	800m	Hexatlo Inic. Fem.
11h50'	1 000m	Tetratlo Inf. Fem.
12h00'	1 000m	Octatlo Juv. Masc.
12h10'	1 000m	Hexatlo Inic. Masc

9. A participação dos atletas está condicionada ao estipulado no Regulamento Geral de Competições e regulamentação específica para Provas Combinadas. Os Benjamins só poderão participar na actividade que lhes está destinada (2ª Jornada: 11h30').

10. As alturas de início das fasquias, bem como os incrementos das mesmas, serão decididas no local da Competição, em face dos atletas inscritos.

11. Classificações:

11.1. Haverá Classificação Individual por escalão/sexo e Colectiva Geral;

11.2. A **Classificação Individual** por escalão/sexo obter-se-á através do somatório das pontuações obtidas por cada atleta em cada uma das provas, utilizando a Tabela de Pontuação de Provas Combinadas editada pela F.P.A.. Esta classificação será ordenada por ordem decrescente da pontuação obtida pelos atletas, no conjunto das provas do Programa;

11.3. A **Classificação Colectiva Geral** obter-se-á através do somatório dos pontos obtidos pelo melhor atleta de cada Clube/Escola classificado em cada um dos escalões/sexo, no conjunto das 6 Competições do Programa, seguir-se-á a representação com 5, e 1 atleta.

12. Prémios:

12.1. Aos três primeiros classificados individuais em cada escalão/sexo serão atribuídas medalhas;

12.2. Taça à equipa vencedora do 20º Torneio Distrital "Atleta Completo".

Obs.: Sem ser vinculativo, este Torneio servirá de observação para apuramento da Selecção Distrital que irá participar no XX Torneio Nacional "Atleta Completo" a realizar nos dias 22 e 23 de Abril de 2006, na Pista de Sobreda - Almada.