



# ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DA GUARDA

## 21º TORNEIO DISTRITAL "ATLETA COMPLETO"

31 DE MARÇO E 01 DE ABRIL DE 2007

PISTA DE ATLETISMO DO ESTÁDIO MUNICIPAL DA GUARDA

1. O 21º Torneio Distrital "Atleta Completo" insere-se na "Campanha Viva o Atletismo" e irá decorrer nos dias 31 de Março e 01 de Abril de 2007, na Pista de Atletismo do Estádio Municipal da Guarda.
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: Pentatlo** - 60m; Peso/2Kg \* 60m Bar./0,76m; Comprimento; 1 000m.  
**Infantil Masculino: Pentatlo** - 60m; Comprimento \* 60m Bar./0,76m; Peso/3Kg; 1 000m.  
**Iniciado Feminino: Heptatlo** - 80m Bar./0,76m; Dardo/500g; Altura \* 80m; Comprimento; Peso/3Kg; 800m.  
**Iniciado Masculino: Heptatlo** - 80m; Comprimento; Dardo/600g \* 100m Bar./0,84m; Peso/4Kg; Altura; 1 000m.  
**Juvenil Feminino: Heptatlo** - 100m Bar./0,76m; Altura; Peso/3Kg; 200m \* Comprimento; Dardo/600g; 800m.  
**Juvenil Masculino: Octatlo** - 100m; Comprimento; Peso/5Kg; 300m \* 110m Bar./0,91m; 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, 31 MARÇO		
15h30'	100m Bar./0,76m	Heptatlo Juv. Fem.
15h45'	80m Bar./0,76m	Heptatlo Inic. Fem.
16h00'	100m	Octatlo Juv. Masc.
	Altura	Heptatlo Juv. Fem.
16h10'	80m	Heptatlo Inic. Masc.
16h20'	60m	Pentatlo Inf. Fem.
	Dardo/500g	Heptatlo Inic. Fem.
16h30'	60m	Pentatlo Inf. Masc.
16h40'	Comprimento	Octatlo Juv. Masc.
	Comprimento	Heptatlo Inic. Masc.
17h00'	Altura	Heptatlo Inic. Fem.
	Peso/2Kg	Pentatlo Inf. Fem.
	Peso/3Kg	Heptatlo Juv. Fem.
17h30'	Comprimento	Pentatlo Inf. Masc.
	Dardo/600g	Heptatlo Inic. Masc.
17h40'	200m	Heptatlo Juv. Fem.
	Peso/5Kg	Octatlo Juv. Masc.
18h15'	300m	Octatlo Juv. Masc.

2ª JORNADA - DOMINGO, 01 ABRIL		
09h30'	110m Bar./0,91m	Octatlo Juv. Masc.
	Comprimento	Heptatlo Juv. Fem.
09h45'	100m Bar./0,84m	Heptatlo Inic. Masc.
10h00'	80m	Heptatlo Inic. Fem.
	Altura	Octatlo Juv. Masc.
	Peso/4Kg	Heptatlo Inic. Masc.
10h15'	60m Bar./0,76m	Pentatlo Inf. Fem.
	Dardo/600g	Heptatlo Juv. Fem.
10h30'	60m Bar./0,76m	Pentatlo Inf. Masc.
	Comprimento	Heptatlo Inic. Fem.
	Comprimento	Pentatlo Inf. Fem.
	Altura	Heptatlo Inic. Masc.
11h00'	800m	Heptatlo Juv. Fem.
	Peso/3Kg	Pentatlo Inf. Masc.
	Peso/3Kg	Heptatlo Inic. Fem.
	Dardo/700g	Octatlo Juv. Masc.
11h15'	1 000m	Pentatlo Inf. Fem.
11h30'	1 000m	Pentatlo Inf. Masc.
	<i>Actividades para Benjamins</i>	
11h40'	1 000m	Octatlo Juv. Masc.
12h50'	1 000m	Heptatlo Inic. Masc.
12h00'	800m	Heptatlo Inic. Fem.

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 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 21º Torneio Distrital "Atleta Completo".

*Obs.: Sem ser vinculativo, este Torneio servirá de observação para apuramento da Selecção Distrital que irá participar no XXI Torneio Nacional "Atleta Completo" a realizar nos dias 21 e 22 de Abril de 2007, em Beja - no Complexo Desportivo Fernando Mamede.*