



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DA GUARDA

QUILÓMETRO JOVEM DISTRITAL

29 DE MARÇO DE 2008 - 15h30'

ESTÁDIO MUNICIPAL DA GUARDA

1. O Quilómetro Jovem Distrital irá decorrer no dia 29 de Março de 2008, no Estádio Municipal da Guarda.
2. Esta Competição é uma Organização da Associação de Atletismo da Guarda.
3. As provas do Programa terão início a partir das 15h30'.
4. O Quilómetro Jovem Distrital é aberto e destina-se a todos os atletas Infantis, Iniciados e Juvenis de ambos os sexos, que pretendam participar.
5. A participação nas Provas Extra só é admitida a atletas Juniores e Seniores Federados, sendo aberta para os restantes escalões.
6. Poderão participar extra Competição atletas filiados em outras Associações Distritais de Atletismo, desde que devidamente autorizados.
7. Cada Clube ou Escola pode apresentar a quantidade de atletas que entender.
8. As inscrições poderão ser realizadas até 15 minutos antes do início da Competição.

9. PROGRAMA/HORÁRIO:

15h30'	400m Bar./0,76m	Sen. Fem. Extra	17h10'	60m Bar./0,76m	Inf. Masc. Extra
	Altura	Inic. Fem. Extra	17h20'	200m	Sen. Fem. Extra
	Altura	Inic. Masc. Extra	17h30'	200m	Sen. Masc. Extra
	Peso/4Kg	Sen. Fem. Extra		Peso/2Kg	Inf. Fem. Extra
	Peso/4Kg	Inic. Masc. Extra		Peso/3Kg	Inf. Masc. Extra
15h45'	400m Bar./0,914m	Sen. Masc. Extra	17h40'	1 000m	Juv. Fem.
16h00'	250m Bar./0,76m	Inic. Fem. Extra	17h50'	1 000m	Juv. Masc.
16h10'	250m Bar./0,76m	Inic. Masc. Extra	18h00'	1 000m	Inic. Fem.
	Tripló Salto (11m)	Sen. Masc. Extra		Comprimento	Sen. Fem. Extra
	Disco/0,750Kg	Inic. Fem. Extra		Comprimento	Sen. Masc. Extra
	Disco/1Kg	Inic. Masc. Extra		Dardo/800g	Sen. Masc. Extra
	Disco/1Kg	Sen. Fem. Extra		Dardo/700g	Juv. Masc. Extra
16h20'	1 000m	Sen. Fem. Extra	18h10'	1 000m	Inic. Masc.
16h30'	1 000m	Sen. Masc. Extra	18h20'	1 000m	Inf. Fem.
16h40'	110m Bar./0,914m	Juv. Masc. Extra	18h30'	1 000m	Inf. Masc.
16h50'	100m Bar./0,76m	Juv. Fem. Extra		ACTIVIDADES PARA BENJAMINS	
17h00'	60m Bar./0,76m	Inf. Fem. Extra	18h40'	4x100m	Sen. Fem. Extra
	Peso/7,260Kg	Sen. Masc. Extra	18h50'	4x100m	Sen. Masc. Extra
	Peso/5Kg	Juv. Masc. Extra			

10. Cada atleta pode participar no máximo em duas provas, estando condicionado ao estipulado no Regulamento Geral de Competições. Os Benjamins só poderão participar nas Actividades que lhes estão destinadas.

11. A altura de início da fasquia, bem como os incrementos da mesma, serão decididas no local da Competição, em face dos atletas inscritos.

12. No Triplo Salto a Tábua de Chamada será colocada a 11m.

13. Em todas as Provas do Programa serão elaboradas Classificações Individuais.

14. Classificação Colectiva:

14.1. Será elaborada uma Classificação Colectiva, para o Quilómetro Jovem Distrital, através do somatório dos tempos dos 2 melhores atletas classificados de cada Clube/Escola, em cada escalão/sexo.

14.2. A Classificação Colectiva só considerará os Clubes/Escolas que tenham apresentado 3 atletas pontuados ou 5 atletas a participar.

15. Prémios:

15.1. Aos três primeiros classificados individuais em cada prova do Quilómetro Jovem Distrital serão atribuídas medalhas.

15.2. Taça à equipa vencedora do Quilómetro Jovem Distrital.

15.3. Nas Provas Extra não haverá prémios em disputa.