



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DA GUARDA

31º CAMPEONATO DISTRITAL ABSOLUTO

20 E 21 DE JUNHO DE 2009

ESTÁDIO MUNICIPAL DA GUARDA

1. O 31º Campeonato Distrital Absoluto da A.A. Guarda irá decorrer nos dias 20 e 21 de Junho de 2009, 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' de Sábado (1ª Jornada) e 09h15' de Domingo (2ª Jornada).
4. O Campeonato Distrital Absoluto destina-se a atletas Juvenis, Juniores, Seniores e Veteranos de ambos os sexos, filiados na Associação de Atletismo da Guarda em representação individual e colectiva. Neste Campeonato não serão admitidos atletas não filiados, extra Competição.
5. Poderão participar extra competição atletas filiados em outras Associações Distritais de Atletismo, desde que devidamente autorizados.
6. A participação nas Provas Extra é aberta a atletas Infantis e Iniciados, de ambos os sexos.
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. Os atletas Seniores e Veteranos poderão competir nas provas que entenderem.
10. Os atletas Juvenis e Juniores poderão participar no máximo em quatro provas, desde que uma delas seja a estafeta curta, num máximo de duas provas por dia e estando condicionado ao estipulado no Regulamento Geral de Competições.
11. Os atletas Infantis e Iniciados, participantes nas Provas Extra, poderão competir no máximo em três provas, não podendo ser todas na mesma Jornada e estando condicionado ao estipulado no Regulamento Geral de Competições.
12. As alturas de início das fasquias, bem como os incrementos das mesmas, serão decididas no local da Competição, em face dos atletas inscritos.
13. No Triplo Salto a Tábua de Chamada será colocada a 9m para atletas Seniores Femininos e 11m para Seniores Masculinos.

14. PROGRAMA/HORÁRIO:

1ª JORNADA - SÁBADO, 20 JUNHO 2009		
15h30'	110m Bar./1,067m	Sen. Masc.
	Altura	Sen. Masc.
	Disco/1Kg	Sen. Fem.
15h45'	100m Bar./0,840m	Sen. Fem.
16h00'	100m Bar./0,762m	Juv. Fem. Extra
16h15'	80m	Inic. Masc. Extra
	Vara	Sen. Fem.
16h25'	80m	Inic. Fem. Extra
16h35'	100m	Sen. Masc.
16h45'	100m	Sen. Fem.
	Comprimento	Sen. Masc.
	Peso/7,260Kg	Sen. Masc.
16h55'	400m	Sen. Masc.
17h05'	400m	Sen. Fem.
17h15'	1 500m	Sen. Masc.
17h25'	1 500m	Sen. Fem.
	Triplo Salto (9m)	Sen. Fem.
	Dardo/800g	Sen. Masc.
	Dardo/500g	Inic. Fem. Extra
	Dardo/600g	Inic. Masc. Extra
17h35'	3 000m Obst./0,762m	Sen. Fem.
17h50'	2 000m Obst./0,762m	Juv. Masc. Extra
18h05'	5 000m	Sen. Masc.
	Comprimento	Inic. Fem. Extra
	Comprimento	Inic. Masc. Extra
18h30'	4x100m	Sen. Masc.
18h40'	4x100m	Sen. Fem.
18h50'	150m	Inf. Masc. Extra
19h00'	150m	Inf. Fem. Extra
19h10'	250m	Inic. Masc. Extra
19h20'	250m	Inic. Fem. Extra
19h30'	10 000m Marcha	Sen. Masc. (Pistas 1 a 3)
	10 000m Marcha	Sen. Fem. (Pistas 4 a 6)

2ª JORNADA - DOMINGO, 21 JUNHO 2009		
09h15'	10 000m	Sen. Masc.
	Disco/0,750Kg	Inf. Masc. Extra
	Disco/0,750Kg	Inic. Fem. Extra
	Disco/1Kg	Inic. Masc. Extra
10h00'	3 000m Obst./0,914m	Sen. Masc.
	Vara	Sen. Masc.
	Martelo/7,260Kg	Sen. Masc.
	Martelo/4Kg	Sen. Fem.
10h15'	Martelo/4Kg	Inic. Masc. Extra
	5 000m	Sen. Fem.
10h40'	400m Bar./0,914m	Sen. Masc.
	Comprimento	Sen. Fem.
	Peso/4Kg	Sen. Fem.
10h55'	400m Bar./0,762m	Sen. Fem.
11h10'	60m Bar./0,762m	Inf. Masc. Extra
11h20'	60m Bar./0,762m	Inf. Fem. Extra
	Disco/2Kg	Sen. Masc.
11h30'	200m	Sen. Masc.
11h40'	200m	Sen. Fem.
	Altura	Sen. Fem.
	Triplo Salto (11m)	Sen. Masc.
11h50'	800m	Sen. Masc.
12h00'	800m	Sen. Fem.
	Dardo/600g	Sen. Fem.
12h10'	1 000m	Inic. Masc. Extra
12h20'	1 000m	Inic. Fem. Extra
12h30'	4x400m	Sen. Masc.
12h40'	4x400m	Sen. Fem.

15. Classificações:

15.1. Haverá Classificação Individual em cada uma das Provas do Programa e Classificação Colectiva para Masculinos e Femininos;

15.2. A **Classificação Colectiva** será obtida através do somatório dos pontos atribuídos aos 8 primeiros classificados em cada prova/sexo. Para isso, em cada prova, atribuir-se-ão 8 pontos ao 1º classificado, ..., e 1 ponto ao 8º classificado;

15.2.1. Em cada Prova, só poderão pontuar até um máximo de 2 (dois) atletas por Clube/Escola, sendo os outros, para efeitos de pontuação, considerados como atletas individuais;

15.2.2. A Classificação Colectiva só considerará os Clubes/Escolas que tenham apresentado pelo menos 3 atletas (Seniores/Veteranos) pontuados ou 5 atletas a participar (3 dos atletas terão de ser Seniores/Veteranos);

15.2.3. Os casos de empate serão decididos a favor dos Clubes/Escolas que obtiverem mais primeiros lugares no conjunto das provas do Programa. Se o empate subsistir aplicar-se-á o mesmo critério em relação aos segundos lugares e assim sucessivamente.

16. Prémios:

16.1. Aos três primeiros classificados em cada prova serão atribuídas medalhas.

16.2. Taça à equipa vencedora Masculina e Feminina.

16.3. **Nas Provas Extra não haverá Prémios em disputa.**