



# ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DA GUARDA

## CAMPEONATO DISTRITAL JOVEM DE PROVAS COMBINADAS

01 E 02 DE MAIO DE 2010

ESTÁDIO MUNICIPAL DA GUARDA

1. O Campeonato Distrital Jovem de Provas Combinadas irá decorrer nos dias 01 e 02 de Maio de 2010, no Estádio Municipal da Guarda.

2. Estas Competições são uma Organização da Associação de Atletismo da Guarda.

3. As provas do Programa terão início a partir das 15h15' de Sábado (1ª Jornada) e 09h00' de Domingo (2ª Jornada).

4. Este Campeonato destina-se a atletas, Infantis; Iniciados e Juvenis, de ambos os sexos, filiados na Associação de Atletismo da Guarda em representação individual e colectiva. No entanto, poderão participar extra competição atletas não filiados, de ambos os sexos, em representação individual e colectiva, bem como atletas filiados em outras Associações Distritais de Atletismo, desde que devidamente autorizados.

5. As provas de cada escalão são as seguintes, sendo obrigatória a realização de todas:

**Infantil Feminino: Pentatlo** - 60m; Peso/2Kg \* 60m Bar./0,762m; Comprimento; 1 000m.

**Infantil Masculino: Pentatlo** - 60m; Comprimento \* 60m Bar./0,762m; Peso/3Kg; 1 000m.

**Iniciado Feminino: Heptatlo** - 80m Bar./0,762m; Dardo/500g; Altura \* 80m; Comprimento; Peso/3Kg; 800m.

**Iniciado Masculino: Heptatlo** - 80m; Comprimento; Dardo/600g \* 100m Bar./0,840m; Peso/4Kg; Altura; 1 000m.

**Juvenil Feminino: Heptatlo** - 100m Bar./0,762m; Altura; Peso/3Kg; 200m \* Comprimento; Dardo/600g; 800m.

**Juvenil Masculino: Octatlo Atleta Completo** - 100m; Comprimento; Peso/5Kg; 300m \* 110m Bar./0,914m; Altura; Dardo/700g; 1 000m.

6. Os Benjamins só poderão participar nas Actividades que lhes estão destinadas e que terão o seu início às 15h15' de Sábado.

7. A participação nas Provas Extra só é admitida a atletas Juniores, Seniores e Veteranos que sejam Federados, sendo aberta para os Juvenis.

8. Cada Clube ou Escola pode apresentar a quantidade de atletas que entender.

9. As inscrições poderão ser realizadas até 15 minutos antes do início das Competições.

## 10. PROGRAMA/HORÁRIO:

| 1ª JORNADA - SÁBADO, 01 MAIO 2010 |   |                       |
|-----------------------------------|---|-----------------------|
| 15h15'                            | <b>ACTIVIDADES PARA BENJAMINS A e B</b><br>40m (A) e 50m (B) + Peso/2Kg + Salto em Comprimento a Pés Juntos |                       |
| 15h30'                            | 80m Bar./0,762m   | Heptatlo Inic. Fem.   |
| 15h45'                            | 100m Bar./0,762m  | Heptatlo Juv. Fem.    |
| 16h00'                            | 100m Bar./0,840m  | Sen. Fem. Extra       |
| 16h15'                            | 110m Bar./1,067m  | Sen. Masc. Extra      |
|                                   | Dardo/500g  | Heptatlo Inic. Fem.   |
| 16h30'                            | 100m  | Octatlo AC Juv. Masc. |
| 16h40'                            | 80m   | Heptatlo Inic. Masc.  |
| 16h50'                            | 60m   | Pentatlo Inf. Fem.    |
|                                   | Altura  | Heptatlo Juv. Fem.    |
| 17h00'                            | 60m   | Pentatlo Inf Masc     |
| 17h20'                            | 300m  | Sen. Masc. Extra      |
|                                   | Comprimento   | Octatlo AC Juv. Masc. |
|                                   | Comprimento   | Heptatlo Inic. Masc.  |
| 17h35'                            | 300m  | Sen. Fem. Extra       |
|                                   | Altura  | Heptatlo Inic. Fem.   |
|                                   | Peso/2Kg  | Pentatlo Inf. Fem.    |
|                                   | Peso/3Kg  | Heptatlo Juv. Fem.    |
| 18h15'                            | 200m  | Heptatlo Juv. Fem.    |
|                                   | Comprimento   | Pentatlo Inf Masc     |
|                                   | Dardo/600g  | Heptatlo Inic. Masc.  |
|                                   | Peso/5Kg  | Octatlo AC Juv. Masc. |
| 18h30'                            | 2 000m  | Sen. Masc. Extra      |
| 18h45'                            | 300m  | Octatlo AC Juv. Masc. |
|                                   | Comprimento   | Sen. Masc. Extra      |

| 2ª JORNADA - DOMINGO, 02 MAIO 2010 |                  |                       |
|------------------------------------|------------------|-----------------------|
| 09h00'                             | 1 500m           | Sen. Fem. Extra       |
| 09h10'                             | 1 500m           | Sen. Masc. Extra      |
| 09h20'                             | Comprimento      | Heptatlo Juv. Fem.    |
|                                    | Comprimento      | Sen. Fem. Extra       |
| 09h30'                             | 80m              | Heptatlo Inic. Fem.   |
| 09h40'                             | 110m Bar./0,914m | Octatlo AC Juv. Masc. |
| 09h50'                             | 100m Bar./0,840m | Heptatlo Inic. Masc.  |
| 10h05'                             | 60m Bar./0,762m  | Pentatlo Inf. Fem.    |
| 10h20'                             | 60m Bar./0,762m  | Pentatlo Inf. Masc    |
|                                    | Altura           | Octatlo AC Juv. Masc. |
|                                    | Peso/4Kg         | Heptatlo Inic. Masc.  |
| 10h50'                             | Comprimento      | Heptatlo Inic. Fem.   |
|                                    | Comprimento      | Pentatlo Inf. Fem.    |
|                                    | Dardo/600g       | Heptatlo Juv. Fem.    |
| 11h00'                             | 200m             | Sen. Fem. Extra       |
|                                    | Altura           | Heptatlo Inic. Masc.  |
| 11h10'                             | 200m             | Sen. Masc. Extra      |
| 11h30'                             | 800m             | Heptatlo Juv. Fem.    |
|                                    | Peso/3Kg         | Pentatlo Inf. Masc    |
|                                    | Peso/3Kg         | Heptatlo Inic. Fem.   |
|                                    | Dardo/700g       | Octatlo AC Juv. Masc. |
| 11h40'                             | 1 000m           | Pentatlo Inf. Fem.    |
| 11h50'                             | 1 000m           | Heptatlo Inic. Masc.  |
| 12h10'                             | 1 000m           | Pentatlo Inf. Masc    |
| 12h20'                             | 1 000m           | Octatlo AC Juv. Masc. |
| 12h30'                             | 800m             | Heptatlo Inic. Fem.   |

11. Este Campeonato Distrital Jovem de Provas Combinadas rege-se pela Regulamentação Específica para Provas Combinadas e Regulamento Geral de Competições, em vigor.

12. Nas Provas Extra, cada atleta pode participar no máximo em três provas, não podendo ser todas na mesma Jornada e estando condicionado ao estipulado no Regulamento Geral de Competições.

13. As alturas de início das fasquias serão decididas no local da Competição, em face dos atletas inscritos.

### 14. Classificações:

14.1. Haverá **classificações individuais** para cada escalão/sexo elaboradas com base na Tabela Internacional de Pontuações de Provas Combinadas da I.A.A.F., em vigor.

14.2. Será, ainda, elaborada uma **Classificação Colectiva única para cada escalão**, obtida através do somatório dos pontos obtidos pelo melhor atleta Masculino e Feminino de cada Clube/Escola, em cada escalão. Para se poderem classificar colectivamente os Clubes/Escolas terão de apresentar pelo menos um atleta masculino e outro feminino, em cada escalão.

### 15. Prémios:

15.1. Aos três primeiros classificados em cada um dos escalões/sexo serão atribuídas medalhas.

15.2. Taça à equipa vencedora de cada um dos escalões.

15.3. Nas Provas Extra não haverá Prémios em disputa.

➤ ***Nota: Este Campeonato será a primeira Jornada da VI edição da Taça da Juventude Associativa de Santa Comba de Seia, a qual possui Regulamento próprio.***

***A participação nesta Competição não dispensa a consulta do Regulamento da referida Taça.***