



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DA GUARDA

35º CAMPEONATO DISTRITAL ABSOLUTO

31º CAMPEONATO DISTRITAL DE JUNIORES

15 e 16 de JUNHO de 2013

ESTÁDIO MUNICIPAL DE SEIA

1. O 35º Campeonato Distrital Absoluto e o 31º Campeonato Distrital de Juniores da A.A. Guarda irão disputar-se nos dias 15 e 16 de Junho de 2013, no Estádio Municipal de Seia.
2. Estas Competições são uma Organização da Associação de Atletismo da Guarda.
3. As provas do Programa terão início a partir das 15h30' de Sábado (1ª Jornada) e 09h00' de Domingo (2ª Jornada).
4. O Campeonato Distrital de Juniores destina-se a atletas Juvenis e Juniores, de ambos os géneros, filiados na Associação de Atletismo da Guarda em representação individual e colectiva. O Campeonato Distrital Absoluto destina-se a atletas Juvenis, Juniores, Seniores e Veteranos, de ambos os géneros, filiados na Associação de Atletismo da Guarda em representação individual e colectiva. Assim, a participação dos atletas Juvenis e Juniores nas provas comuns será considerada nos dois Campeonatos na Classificação Individual e Colectiva. Nestes Campeonatos 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, Iniciados e Juvenis, de ambos os géneros.
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 das Competições.
9. Os atletas Seniores e Veteranos poderão competir no máximo em quatro provas, desde que uma delas seja a estafeta curta, num máximo de duas provas por dia.
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 Juniores e Seniores Femininos e 11m para Juniores e Seniores Masculinos.

14. PROGRAMA/HORÁRIO:

| 1ª JORNADA - Sábado, 15 Junho 2013 | | |
|------------------------------------|---------------------|--------------------------------|
| 15h30' | 110m Bar./1,067m | Sen. Masc. |
| | Altura | Jun./Sen. Fem. |
| | Disco/1Kg | Jun./Sen. Fem. |
| 15h45' | 110m Bar./1,00m | Jun. Masc. |
| 16h00' | 100m Bar./0,838m | Jun./Sen. Fem. |
| 16h15' | 60m | Inf. Masc. Extra |
| | Vara | Jun./Sen. Masc. |
| 16h25' | 60m | Inf. Fem. Extra |
| 16h35' | 100m | Jun./Sen. Masc. |
| 16h45' | 100m | Jun./Sen. Fem. |
| | Comprimento | Jun./Sen. Masc. |
| | Peso/6Kg/7,260Kg | Jun./Sen. Masc. |
| 16h55' | 400m | Jun./Sen. Masc. |
| 17h05' | 400m | Jun./Sen. Fem. |
| 17h15' | 1 500m | Jun./Sen. Masc. |
| 17h25' | 1 500m | Jun./Sen. Fem. |
| | Triplo Salto (9m) | Jun./Sen. Fem. |
| | Dardo/800g | Jun./Sen. Masc. |
| | Dardo/500g | Inic. Fem. Extra |
| | Dardo/600g | Inic. Masc. Extra |
| 17h35' | 3 000m Obst./0,762m | Jun./Sen. Fem. |
| 17h50' | 5 000m | Jun./Sen. Masc. |
| | Altura | Inic. Masc. Extra |
| | Comprimento | Inic. Fem. Extra |
| 18h15' | 4x100m | Jun./Sen. Masc. |
| 18h25' | 4x100m | Jun./Sen. Fem. |
| 18h35' | 250m | Inic. Masc. Extra |
| 18h45' | 250m | Inic. Fem. Extra |
| 18h55' | 10 000m Marcha | Jun./Sen. Masc. (Pistas 1 a 4) |
| | 10 000m Marcha | Jun./Sen. Fem. (Pistas 5 a 8) |

| 2ª JORNADA - Domingo, 16 Junho 2013 | | |
|-------------------------------------|---------------------|-------------------|
| 09h00' | 10 000m | Sen. Masc. |
| | Disco/0,750Kg | Inic. Fem. Extra |
| | Disco/1Kg | Inic. Masc. Extra |
| 09h45' | 3 000m Obst./0,914m | Jun./Sen. Masc. |
| | Vara | Jun./Sen. Fem. |
| | Martelo/6Kg/7,260Kg | Jun./Sen. Masc. |
| | Martelo/4Kg | Jun./Sen. Fem. |
| 10h00' | 5 000m | Sen. Fem. |
| 10h25' | 3 000m | Jun. Masc. |
| 10h40' | 3 000m | Jun. Fem. |
| | Comprimento | Jun./Sen. Fem. |
| | Peso/4Kg | Jun./Sen. Fem. |
| | Peso/3Kg | Inf. Masc. Extra |
| 10h55' | 400m Bar./0,914m | Jun./Sen. Masc. |
| 11h05' | 400m Bar./0,762m | Jun./Sen. Fem. |
| 11h20' | 300m | Juv. Masc. Extra |
| 11h30' | 300m | Juv. Fem. Extra |
| | Disco/1,750Kg/2Kg | Jun./Sen. Masc. |
| 11h40' | 200m | Jun./Sen. Masc. |
| 11h50' | 200m | Jun./Sen. Fem. |
| | Altura | Jun./Sen. Masc. |
| | Triplo Salto (11m) | Jun./Sen. Masc. |
| 12h00' | 800m | Jun./Sen. Masc. |
| 12h10' | 800m | Jun./Sen. Fem. |
| | Dardo/600g | Jun./Sen. Fem. |
| 12h20' | 150m | Inf. Masc. Extra |
| | Comprimento | Inic. Masc. Extra |
| 12h30' | 150m | Inf. Fem. Extra |
| 12h40' | 4x400m | Jun./Sen. Masc. |
| 12h50' | 4x400m | Jun./Sen. Fem. |
| 13h00' | 1 000m | Inic. Masc. Extra |
| 13h10' | 1 000m | Inic. Fem. Extra |
| 13h20' | 1 500m | Juv. Masc. Extra |
| 13h30' | 1 500m | Juv. Fem. Extra |

15. Classificações:

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

15.2. A **Classificação Colectiva** será obtida através do somatório dos pontos atribuídos aos 8 primeiros classificados em cada prova/género. 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 pontuados ou 5 atletas a participar sendo que, no Campeonato Distrital Absoluto 3 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.