



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DA GUARDA

QUILÓMETRO DISTRITAL

27 de ABRIL de 2019

ESTÁDIO MUNICIPAL DA GUARDA

1. O Quilómetro Distrital irá disputar-se em 27 de abril de 2019, 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 15h00'.
4. O Quilómetro Distrital destina-se a todos os atletas, de ambos os sexos, filiados na Associação de Atletismo da Guarda.
5. A participação nas Provas Extra só é admitida a atletas Federados.
6. Poderão participar extra Competição atletas filiados em outras Associações Distritais de Atletismo, desde que devidamente autorizados.
7. Cada Clube pode apresentar a quantidade de atletas que entender.
8. As **inscrições** poderão ser realizadas até 15 minutos antes do início da Jornada.
9. Cada atleta pode participar no máximo em duas provas, estando condicionado ao estipulado no Regulamento Geral de Competições.
10. A altura de início da fasquia, bem como os incrementos da mesma, serão decididas no local da Competição, em face dos atletas inscritos.
11. No Triplo Salto a Tábua de Chamada será colocada a 9m para atletas Seniores Femininos e 11m para Seniores Masculinos.
12. **Classificações**
 - 12.1. Haverá Classificação Individual em cada uma das Provas do Programa e uma Classificação Coletiva geral para o Quilómetro Distrital, elaborada através do somatório dos tempos do melhor atleta classificado de cada Clube, em cada escalão/sexo.
 - 12.2. A classificação coletiva será ordenada do melhor somatório de tempos para o pior tendo em consideração a representação nos 12 escalões, seguir-se-á a representação em 11 escalões,...
 - 12.3. Esta classificação coletiva só considerará os Clubes que tenham apresentado 3 atletas pontuados ou 5 atletas a participar.

13. PROGRAMA/HORÁRIO:

| | | |
|--------|--------------------|--|
| 15h00' | 400m Bar./0,762m | Sen. Fem. Extra |
| 15h15' | 400m Bar./0,914m | Sen. Masc. Extra |
| | Triplo Salto (9m) | Sen. Fem. Extra |
| | Peso/4Kg | Inic. Masc. Extra |
| | Peso/4Kg | Sen. Fem. Extra |
| 15h30' | 300m Bar./0,838m | Juv. Masc. Extra |
| 15h45' | 300m Bar./0,762m | Juv. Fem. Extra |
| 16h00' | 250m Bar./0,762m | Inic. Fem. Extra |
| 16h15' | 250m Bar./0,762m | Inic. Masc. Extra |
| | Triplo Salto (11m) | Sen. Masc. Extra |
| | Peso/6Kg | Jun. Masc. Extra |
| | Peso/7,260Kg | Sen. Masc. Extra |
| 16h30' | 1 000m | Jun. Fem. Sen. Fem. Vet. Fem. |
| 16h40' | 1 000m | Jun. Masc. Sen. Masc. Vet. Masc. |
| 16h50' | 1 000m | Juv. Fem. |
| 17h00' | 1 000m | Juv. Masc. |
| 17h10' | 1 000m | Inic. Fem. |
| | Comprimento | Inic. Fem. Extra |
| | Altura | Juv. Masc. Extra |
| 17h20' | 1 000m | Inic. Masc. |
| 17h30' | 1 000m | Inf. Fem. |
| 17h40' | 1 000m | Inf. Masc. |
| 17h50' | 200m | Sen. Fem. Extra |
| 18h00' | 200m | Sen. Masc. Extra |
| 18h10' | 150m | Inf. Fem. Extra |
| 18h20' | 150m | Inf. Masc. Extra |