



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