



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DA GUARDA

34º TORNEIO DISTRITAL "ATLETA COMPLETO" CAMPEONATO DISTRITAL JOVEM DE PROVAS COMBINADAS

10 e 11 de JUNHO de 2022
ESTÁDIO MUNICIPAL DE SEIA

1. O 34º Torneio Distrital "Atleta Completo" insere-se na "Campanha Viva o Atletismo" e conta para o **Campeonato Distrital Jovem de Provas Combinadas**.
2. A **Associação de Atletismo de Viseu (AAV)** fará disputar em simultâneo o seu Torneio Distrital "Atleta Completo", o qual se rege por Regulamento próprio.
3. Este Torneio é uma Organização da Associação de Atletismo da Guarda e irá decorrer nos dias 10 e 11 de junho de 2022, no Estádio Municipal de Seia.
4. As provas do Programa terão início a partir das 09h30' de 6ª feira (1ª Jornada) e 15h30' de sábado (2ª Jornada).
5. O Torneio "Atleta Completo" é um Torneio de Provas Combinadas e destina-se a todos os atletas dos escalões: Sub-14/Infantis, Sub-16/Iniciados e Sub-18/Juvenis - de ambos os sexos, filiados na Associação de Atletismo da Guarda, em representação individual e coletiva.
6. Poderão participar Extra Competição atletas filiados em outras Associações Distritais de Atletismo, desde que devidamente autorizados.
7. As provas de cada escalão/sexo são as seguintes, sendo obrigatória a realização de todas:
Sub-14/Infantil Feminino: Pentatlo - 60m; Peso/2Kg * 60m Bar./0,762m; Comprimento; 1 000m.
Sub-14/Infantil Masculino: Pentatlo - 60m; Comprimento * 60m Bar./0,762m; Peso/3Kg; 1 000m.
Sub-16/Iniciado Feminino: Heptatlo - 80m Bar./0,762m; Dardo/500g; Altura * 80m; Comprimento; Peso/3Kg; 800m.
Sub-16/Iniciado Masculino: Heptatlo - 80m; Comprimento; Dardo/600g * 100m Bar./0,838m; Peso/4Kg; Altura; 1 000m.
Sub-18/Juvenil Feminino: Heptatlo - 100m Bar./0,762m; Altura; Peso/3Kg; 200m * Comprimento; Dardo/500g; 800m.
Sub-18/Juvenil Masculino: Octatlo - 100m; Comprimento; Peso/5Kg; 300m * 110m Bar./0,914m; Altura; Dardo/700g; 1 000m.
8. Cada Clube pode apresentar a quantidade de atletas que entender.
9. **Inscrições** para atletas filiados na AA Guarda e AA Viseu obrigatórias até 07 de junho de 2022, na plataforma <https://fpacompeticoes.pt> (ou diretamente em: <https://fpacompeticoes.pt/1409/inscrever>). Inscrições para atletas filiados em outras Associações Distritais/Regionais obrigatórias até 07 de junho de 2022, via e-mail remetido pela respetiva Associação para aaguarda@aag.pt, a solicitar autorização de participação.

10. A participação dos atletas está condicionada ao estipulado no Regulamento Geral de Competições e regulamentação específica para Provas Combinadas. Os Benjamins só poderão participar nas Atividades que lhes estão destinadas (2ª Jornada: 17h15'), podendo realizar as 3.

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

12. Classificações:

12.1. Haverá Classificação Individual por escalão/sexo e Coletiva Geral;

12.2. A **Classificação Individual** por escalão/sexo obter-se-á através do somatório das pontuações obtidas por cada atleta em cada uma das provas, utilizando a Tabela de Pontuação de Provas Combinadas. Esta classificação será ordenada por ordem decrescente da pontuação obtida pelos atletas, no conjunto das provas do Programa;

12.3. **Classificação Coletiva Geral:**

12.3.1. A Classificação Coletiva Geral obter-se-á através do somatório dos pontos obtidos pelo melhor atleta de cada Clube classificado em cada um dos escalões/sexo, no conjunto das 6 Competições do Programa, seguir-se-á a representação em 5...

12.3.2. A Classificação Coletiva só considerará os Clubes que tenham apresentado 3 atletas classificados em escalões diferentes ou 5 atletas a participar.

13. O exposto aplica-se ao **Campeonato Distrital Jovem de Provas Combinadas.**

14. PROGRAMA/HORÁRIO:

1ª JORNADA - 6ª feira, 10 junho 2022		
09h30'	100m Bar./0,762m	Heptatlo Juv. Fem.
09h45'	80m Bar./0,762m	Heptatlo Inic. Fem.
10h00'	100m	Octatlo Juv. Masc.
	Altura	Heptatlo Juv. Fem.
10h10'	80m	Heptatlo Inic. Masc.
10h20'	60m	Pentatlo Inf. Fem.
	Dardo/500g	Heptatlo Inic. Fem.
10h30'	60m	Pentatlo Inf. Masc.
10h40'	Comprimento	Octatlo Juv. Masc.
	Comprimento	Heptatlo Inic. Masc.
11h00'	Altura	Heptatlo Inic. Fem.
	Peso/2Kg	Pentatlo Inf. Fem.
	Peso/3Kg	Heptatlo Juv. Fem.
11h30'	Comprimento	Pentatlo Inf. Masc.
	Dardo/600g	Heptatlo Inic. Masc.
11h40'	200m	Heptatlo Juv. Fem.
	Peso/5Kg	Octatlo Juv. Masc.
12h20'	300m	Octatlo Juv. Masc.
12h30'	1 500m	Sen. Fem. Extra

2ª JORNADA - sábado, 11 junho 2022		
15h30'	110m Bar./0,914m	Octatlo Juv. Masc.
	Comprimento	Heptatlo Juv. Fem.
15h45'	100m Bar./0,838m	Heptatlo Inic. Masc.
16h00'	80m	Heptatlo Inic. Fem.
	Altura	Octatlo Juv. Masc.
	Peso/4Kg	Heptatlo Inic. Masc.
16h15'	60m Bar./0,762m	Pentatlo Inf. Fem.
	Dardo/500g	Heptatlo Juv. Fem.
16h30'	60m Bar./0,762m	Pentatlo Inf. Masc.
	Comprimento	Heptatlo Inic. Fem.
	Comprimento	Pentatlo Inf. Fem.
	Altura	Heptatlo Inic. Masc.
17h00'	800m	Heptatlo Juv. Fem.
	Peso/3Kg	Pentatlo Inf. Masc.
	Peso/3Kg	Heptatlo Inic. Fem.
17h15'	Dardo/700g	Octatlo Juv. Masc.
	ATIVIDADES PARA BENJAMINS A e B: 40m (A) e 50m (B) + Peso/2Kg + Salto em Comprimento S/ Tábua de Chamada	
17h30'	1 000m	Heptatlo Inic. Masc.
17h40'	1 000m	Pentatlo Inf. Fem.
17h50'	1 000m	Pentatlo Inf. Masc.
18h00'	800m	Heptatlo Inic. Fem.
18h10'	1 000m	Octatlo Juv. Masc.