



1 ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE SANTARÉM

**Comunicado nº 11 – 2024//2025**

**CAMPEONATO DISTRITAL ABSOLUTO SANTARÉM - PISTA CURTA**

**ALPIARCA – NAVE DESPORTIVA**

**PROGRAMA-HORÁRIO:**

**Sábado 01.02.2025**

|       |               |  |           |
|-------|---------------|--|-----------|
| 15.00 | - Vara        | Masc.  | a)        |
|       | - Altura      | Fem.   | b)        |
| 15.30 | - 60 M.       | Fem.   | Elim.     |
| 15.45 | - Comprimento | Fem.   | Tábua 3m  |
| 15.50 | - 60 M.       | Masc.  | Elim.     |
|       | - Peso 4kg    | Fem.   |           |
| 16.15 | - Comprimento | Masc.  | Tábua 3m. |
| 16.40 | - 60 M.       | Fem.   | Final     |
| 16.50 | - 60 M.       | Masc.  | Final     |
|       | a)            | Início a 2,30, sobe de 10 em 10 cm até 3,00m e depois de 5 em 5 cm |           |
|       | b)            | Início a 1,15, sobe de 5 em 5 cm até 1,35 e depois de 3 em 3cm.    |           |

**Domingo 02.02.2025**

|       |                     |  |                 |
|-------|---------------------|--|-----------------|
| 10.00 | - Vara              | Fem.   | c)              |
|       | - Altura            | Masc.  | d)              |
| 10.15 | - 60 M.Barr.(0,84)  | Fem.   | Elim.           |
| 10.30 | - 60 M.Barr.(1,06)  | Masc.  | Elim.           |
| 10.50 | - Triplo salto      | Fem.   | Tábua 7e 9 m.   |
|       | - Peso 7,26 kg      | Masc.  |                 |
| 11.30 | - Triplo salto      | Masc.  | Tábua 9 e 11 m. |
| 11.25 | - 60 M.Barr.(0,84)  | Fem.   | Final           |
| 11.40 | - 60 M.Barr. (1,06) | Masc.  | Final           |
|       | c)                  | Início a 1,90, sobe de 10 em 10 cm até 2,20 e depois de 5 em 5 cm. |                 |
|       | d)                  | Início a 1,45, sobe de 5 em 5 cm até 1,65 e depois de 3 em 3 cm.   |                 |

---

<sup>1</sup> A Associação na Internet em – [www.aasantarem.pt](http://www.aasantarem.pt)

## **REGULAMENTO:**

- Esta competição destina-se a atletas Sub 18, Sub 20, Sub 23, Seniores e Veteranos,
- Cada atleta poderá participar em 3 provas, sendo o máximo de 2 por jornada.
- Os atletas sub18 masculinos não poderão participar na prova de Peso 7,26kg.
- Haverá classificação individual e coletiva, contando para esta o primeiro classificado de cada clube.
- Prémios aos 3 primeiros classificados de cada prova e às 1<sup>as</sup> equipas.
- Nos casos omissos será aplicado o RGC. da FPA.

INSCRIÇÕES NA PLATAFORMA ATÉ AO DIA 29-01