



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE SANTARÉM

1

Comunicado nº 12 – 2024//2025

CAMPEONATO DISTRITAL SUB 20 (JUNIORES - PISTA CURTA)
ALPIARÇA – NAVE DESPORTIVA
PROVAS DE 400M,800M,1500M e 3000M - Pista ALMEIRIM

PROGRAMA-HORÁRIO:

Sábado 08.02.2025

15.00 - 400 M.	Fem.	Séries	PISTA ALMEIRIM
15.10 - 400 M.	Masc.	Séries	PISTA ALMEIRIM
15.20 - 1500 M.	Fem.	Séries	PISTA ALMEIRIM
15.35 - 1500 M.	Masc.	Séries	PISTA ALMEIRIM
16.15 - 60 M	Fem.	Elim	
- Vara	Masc.	a)	
- Altura	Fem.	b)	
16:30 - 60 M.	Masc.	Elim.	
- Comprimento	Fem.	Tábua 3m.	
16.45 - 60 M.	Sen Fem.	PROVA EXTRA	
- Peso 4kg	Fem.		
17.00 - 60 M.	Sen. Masc.	PROVA EXTRA	
17.15 - Comprimento	Masc.	Tábua 3m.	
- 60 M.	Fem.	Final	
17.25 - 60 M.	Masc.	Final	
a) Início a 2,40, sobe de 10 em 10 cm até 3,30 e depois de 5 em 5 cm			
b) Início a 1,10, sobe de 5 em 5 cm até 1,30 e depois de 3 em 3cm.			

¹ A Associação na Internet em – www.aasantarem.pt

Domingo 09.02.2025

09.30	- 800 M.	Fem	Séries	PISTA ALMEIRIM
09.40	- 800 M.	Masc.	Séries	PISTA ALMEIRIM
09.50	- 3000 M.	Fem.	Séries	PISTA ALMEIRIM
10.10	- 3000 M.	Masc.	Séries	PISTA ALMEIRIM
10.30	- Vara	Fem.	c)	
	- Altura	Masc.	d)	
10.45	- Triplo salto	Fem.	Tábua 7/9 m.	
11.00	- 60 M.Barr.(0.84)	Fem.	Elim.	
11.10	- 60 M.Barr.(1.00)	Masc.	Elim.	
11.15	- Peso 6 kg	Masc.		
11.30	- Triplo salto	Masc.	Tábua 9/11 m.	
11.50	- 60 M.Barr.(0.84)	Fem.	Final	
12.00	- 60 M.Barr. (1.00)	Masc.	Final	

- c) Início a 1,80, sobe de 10 em 10 cm até 2,30 e depois de 5 em 5 cm.
- d) Início a 1,35, sobe de 5 em 5 cm até 1,55 e depois de 3 em 3 cm.

REGULAMENTO:

- Esta competição destina-se a atletas Sub20 e Sub18.
- Cada atleta poderá participar em 3 provas, sendo o máximo de 2 por jornada.
- 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^{as} equipas.
- Nos casos omissos será aplicado o RGC. da FPA.

NOTA IMPORTANTE:

Para possibilitar a existência de cronometragem eletrónica nas corridas a realizar nas pistas de Almeirim e Alpiarça, o programa-horário teve que ser adaptado nesse sentido, podendo haver ligeiras alterações.

INSCRIÇÕES NA PLATAFORMA ATÉ DIA 05-02