



Fundada em 1987

ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE ATLETISMO DE VIANA DO CASTELO

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

COMUNICADO OFICIAL N.º14 2018/2019

Prova: Regional de Pista do Desporto Escolar
Data: 30 de março de 2019 (sábado)
Local: Estádio Municipal Manuela Machado
Organização: Associação de Atletismo de Viana do Castelo
Apoio: Câmara Municipal de Viana do Castelo
Diretor de Competição: Vítor Lima / Pereira de Almeida
Delegado Técnico: Rui Costa
Director Técnico: Rui Cerqueira
Diretor de Reunião: Gaspar Araújo



Início da Prova	Escalão no Desp. Esc. → Escalão na FPA →	Escalão				Sexo	Observações
		Inf A	Inf B				
		Benj	Inf	Ini	Juv (**)		
Prova	08/09	06/07	04/05	01/02/03			
14:30	60 m Barreiras(*)			●		F	6/0.76 (12-7.5-10.5)
14:30	Altura	●	●			M	1.10m +5cm até 1.35, depois + 3cm
14:30	Comprimento			●	●	F	Tábua: 3 m
14:30	Peso		●		●	M	3 _ 5kg
14:40	80 m Barreiras(*)				●	F	8/0.76 (13-8-11)
14:45	80 m Barreiras(*)			●		M	8/0.84 (13-8-11)
14:50	100 m Barreiras(*)				●	M	10/0.914 (13-8.5-10.5)
15:00	60m	●	●			F	Séries
15:10	60m	●	●			M	Séries
15:15	Altura	●	●			F	1.00m +5cm até 1.30, depois + 3cm
15:15	Comprimento	●	●			M	Tábua: 1 m
15:15	Peso		●		●	F	2 _ 3kg
15:20	80m			●		F	Séries
15:30	80m			●		M	Séries
15:40	100 m				●	F	Séries
15:50	100 m				●	M	Séries
16:00	Altura			●	●	M	1.10m +5cm até 1.35, depois + 3cm
16:00	Comprimento	●	●			F	Tábua: 1 m
16:00	Peso			●		F	3kg
16:00	Peso			●		M	4kg
16:00	1.000 m	●	●			F	Séries
16:05	1.000 m	●	●			M	Séries
16:15	1500m			●	●	M	Séries
16:25	1500m			●	●	F	Séries
16:35	4x100m				●	F	Séries
16:45	4x100m				●	M	Séries
16:45	Altura			●	●	F	1.00m +5cm até 1.30, depois + 3cm
16:45	Comprimento			●	●	M	Tábua: 3 m
16:45	Dardo			●	●	F	500g
16:55	4x80m			●		F	Séries
17:05	4x80m			●		M	Séries
17:15	4x60m		●			F	Séries
17:25	4x60m		●			M	Séries

(*) - Características técnicas das barreiras válidas apenas para o Desporto Escolar.

Juv (**) - Só poderão participar atletas nascidos em 01 se pertencentes a equipas do Desporto Escolar

REGULAMENTO DA COMPETIÇÃO

- Prova aberta a atletas federados ou representando equipas do Desporto Escolar.
- Cada equipa é constituída por: 6 Alunos no mínimo e 12 no máximo.
- Cada equipa deverá apresentar no máximo 2 (dois) alunos por prova, exceto na prova de estafeta em que apresenta uma equipa constituída por 4 (quatro) alunos participantes nas outras provas, ou podendo, excecionalmente, incluir os 2 suplentes.
- Cada aluno pode participar num máximo de 2 (duas) provas, sem contar com a prova de estafeta.
- O aluno que participe numa corrida de longa duração, igual superior a 1000 metros, não poderá participar noutra prova a seguir no mesmo dia.
- As equipas poderão incluir atletas do escalão imediatamente anterior, devendo as escolas que pretendam utilizar atletas nesta situação fazer a sua inscrição na ficha respetiva.
- O número de ensaios nos concursos poderão ser ajustados às necessidades da organização, assim antes do início de cada concurso será definido o número de ensaios (saltos e lançamentos) que cada aluno pode executar.
- As inscrições são feitas antecipadamente enviando **os dados em ficheiro Excel próprio enviado em anexo**, até ao dia **28 de março**, através do endereço: atletismoviana@gmail.com com conhecimento para paulo.fernandes@dgeste.mec.pt
- Os atletas devem ser portadores de **alfinetes**, para fixarem os dorsais.

Viana do Castelo, 21 de março de 2019

O Diretor Técnico Regional



(Rui Costa)