



Fundada em 1987

# ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE ATLETISMO DE VIANA DO CASTELO

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

## COMUNICADO OFICIAL N.º 16 2018/2019

**Prova:** Torneio Atleta Completo + Provas Combinadas  
**Data:** 27 e 28 de abril de 2019 (sábado e domingo)  
**Local:** Estádio Municipal Manuela Machado

Viana do Castelo

AAVC

**Organização:** Joaquim Araújo  
**Director de Competição:**

**Delegado Técnico:** Rui Costa

**Director Técnico:** Rui Cerqueira

**Director de Reunião:** Gaspar Araújo



27 de abril de 2019 (sábado)				
Hora	Prova	Sexo	Esc	Obs
14:30	100 m	Masc	DEC - Juv	AC
14:35	100 m	Masc	DEC - Jun / Sen	
14:50	80 m bar (0,76)	Fem	HEP - Ini	
15:00	Comprimento	Masc	DEC - Juv	AC
15:00	Comprimento	Masc	DEC - Jun / Sen	
15:10	100 m bar (0,76)	Fem	HEP - Juv	
15:15	100 m bar (0,84)	Fem	HEP - Jun / Sen	
15:20	60 m	Fem	PENT - Inf	
15:30	60 m	Masc	PENT - Inf	
15:40	80 m	Masc	HEP - Ini	
15:45	Altura	Fem	HEP - Juv	
15:45	Altura	Fem	HEP - Jun / Sen	
16:00	Dardo (500 g)	Fem	HEP - Ini	
16:00	100 m	Fem	Jun/Sen - Extra	
16:00	Peso (5 kg)	Masc	DEC - Juv	AC
16:00	Peso (6 kg)	Masc	DEC - Jun	
16:00	Peso (7,260 kg)	Masc	DEC - Sen	
16:15	100 m	Masc	Jun/Sen - Extra	
16:30	1500 m	Fem	Jun/Sen - Extra	
16:45	Comprimento	Masc	PENT - Inf	
16:45	Comprimento	Masc	HEP - Ini	
16:50	1500 m	Masc	Jun/Sen - Extra	
17:00	Altura	Masc	DEC - Juv	AC
17:00	Altura	Masc	DEC - Jun / Sen	
17:00	Peso (2kg)	Fem	PENT - Inf	
17:00	Peso (3 kg)	Fem	HEP - Juv	
17:00	Peso (4 kg)	Fem	HEP - Jun / Sen	
17:20	Altura	Fem	HEP - Ini	
17:45	200 m	Fem	HEP - Juv	
17:45	Dardo (600 g)	Masc	HEP - Ini	
17:55	300 m	Masc	AC - Juv M	Só AC
18:00	400 m	Masc	DEC - Juv	
18:10	400 m	Masc	DEC - Jun / Sen	
18:15	200 m	Fem	HEP - Jun / Sen	

28 de abril de 2019 (domingo)				
Hora	Prova	Sexo	Esc	Obs
09:00	110 m bar (0,91)	Masc	DEC - Juv	AC
09:00	Comprimento	Fem	HEP - Juv	
09:00	Comprimento	Fem	HEP - Jun / Sen	
09:10	110 m bar (1,00)	Masc	DEC - Jun	
09:15	110 m bar (1,06)	Masc	DEC - Sen	
09:25	100 m bar (0,84)	Masc	HEP - Ini	
09:30	Disco (1,5 kg)	Masc	DEC - Juv	AC - não
09:45	60 m bar (0,76)	Masc	PENT - Inf	
09:50	60 m bar (0,76)	Fem	PENT - Inf	
10:00	80 m	Fem	HEP - Ini	
10:00	Dardo (500 g)	Fem	HEP - Juv	
10:00	Dardo (600 g)	Fem	HEP - Jun / Sen	
10:10	Disco (1,750 kg)	Masc	DEC - Jun	
10:10	Disco (2 kg)	Masc	DEC - Sen	
10:30	200 m	Fem	Jun/Sen - Extra	
10:10	Comprimento	Fem	PENT - Inf	
10:40	Peso (3kg)	Masc	PENT - Inf	
10:40	Peso (4 kg)	Masc	HEP - Ini	
10:50	200 m	Masc	Jun/Sen - Extra	
10:50	Comprimento	Fem	HEP - Ini	
11:00	Vara	Masc	DEC - Juv	AC - não
11:10	800 m	Fem	Jun/Sen - Extra	
11:00	Vara	Masc	DEC - Jun / Sen	
11:20	800 m	Masc	Jun/Sen - Extra	
11:15	Altura	Masc	HEP - Ini	
11:30	800 m	Fem	HEP - Jun / Sen	
11:30	Peso	Fem	HEP - Ini	
11:50	800 m	Fem	HEP - Juv	
12:10	800 m	Fem	HEP - Ini	
12:15	1000 m	Masc	PENT - Inf	
12:15	Dardo (700 g)	Masc	DEC - Juv	AC
12:15	Dardo (800 g)	Masc	DEC - Jun / Sen	
12:20	1000 m	Fem	PENT - Inf	
12:25	1 000 m	Masc	HEP - Ini	
12:50	1 000 m	Masc	AC - Juv M	Só AC
13:00	1 500 m	Masc	DEC - Juv	
13:10	1 500 m	Masc	DEC - Jun / Sen	

**Inscrições:** Solicita-se aos clubes interessados em participar nesta jornada a **inscrição prévia** dos seus atletas, **até às 18 horas do dia 24 de abril**, com a indicação do primeiro e último nome dos atletas, ano de nascimento, nº de dorsal e a prova combinada que irão realizar.

### **REGULAMENTO DA COMPETIÇÃO**

- O Torneio Atleta Completo aos atletas dos escalões de Infantis (06/07), Iniciados (04/05) e Juvenis (02/03).
- A final Nacional destina-se apenas a **Seleções Distritais / Regionais**, compostas por **4 atletas do escalão de Iniciados**, podendo cada seleção ter o máximo de **2 atletas de cada género**.
- As provas serão pontuadas segundo a tabela divulgada em caderno técnico da FPA.
- No salto em comprimento e nos lançamentos, cada atleta realizará, apenas, 3 (três) ensaios.
- No Torneio Atleta Completo, serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados de cada Escalão/Sexo.
- Os atletas do escalão juvenil masculino poderão optar por realizar o Atleta Completo ou o Decatlo para Juvenis.
- Nas **Provas Combinadas** só poderão participar atletas dos escalões de Juvenis, Juniores e Seniores.
- As **Provas Combinadas** previstas no programa horário **só se realizam caso exista algum atleta filiado na AAVC previamente inscrito**.
- Atletas de outras Associações Regionais terão que solicitar previamente, até 24 de abril, autorização para participar.
- Os casos omissos são resolvidos de acordo com o Regulamento Geral de Competições.

Viana do Castelo, 16 de abril de 2019

O Diretor Técnico Regional



(Prof. Rui Costa)