



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO ALGARVE

ÉPOCA 2018/2019

Comunicado Oficial n.º 66-18/19

Data: 2019/06/19

Para conhecimento dos clubes filiados, órgãos de comunicação e demais interessados, comunica-se:

## CAMPEONATO REGIONAL ABSOLUTO ALTERAÇÃO

1ª Jornada – 29 de JUNHO 2019 (Sábado) – FARO

HORA	PROVA	GÉNERO	HORÁRIO LIMITE DE:			OBS.
			CONFIRM.	C. CHAMADA	E. PISTA	
16.00	Altura	Feminino	15.30	15.35/15.40	15.45	Início 1,25mt
	Vara	Masculino				Início 2,50Mt
	Martelo	Feminino				4kg
	Peso	Masculino		7,260kg		
	100 Metros	Feminino		15.40/15.45	15.50	Series
	100 Metros	Feminino				EXTRA - Iniciados
16.15	100 Metros	Masculino	15.45	15.55/16.00	16.05	Series
	100 Metros	Masculino				EXTRA - Iniciados
16.30	400 Metros	Feminino	16.00	16.10/16.15	16.20	Series
16.45	400 Metros	Masculino	16.15	16.25/16.30	16.35	Series
17.00	1.500 Metros	Feminino	16.30	16.40/16.45	16.50	Series
17.15	1.500 Metros	Masculino	16.45	16.55/17.00	17.05	Series
17.30	Altura	Masculino	17.00	17.05/17.10	17.15	Início 1,40mt
	Vara	Feminino				Início 2,00Mt
	Martelo	Masculino				7,260kg
	Peso	Feminino		4kg		
	3.000 MT Obstáculos	Feminino		17.10/17.15	17.20	0,76
17.50	3.000 MT Obstáculos	Masculino	17.20	17.30/17.35	17.40	0,91
18.10	4 x 100 Metros	Feminino	17.40	17.50/17.55	18.00	Series
18.25	4 x 100 Metros	Masculino	17.55	18.05/18.10	18.15	Series
18.45	5.000Mts Marcha	Fem/ Masc	18.15	18.25/18.30	18.35	Pista 1/ 5 - C.R.
	10.000 Mts Marcha	Fem/ Masc				Pista 1/ 5 - EXTRA



# ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO ALGARVE

ÉPOCA 2018/2019

## 2ª Jornada – 30 de JUNHO 2019 (Domingo) – ALBUFEIRA

HORA	PROVA	GÉNERO	HORÁRIO LIMITE DE:			OBS.
			CONFIRM.	C. CHAMAD	E. PISTA	
16.00	Triplo	Feminino	15.30	15.35/15.40	15.45	Tábua 9Mt
	Comprimento	Masculino				Tábua 3Mt
	Disco	Feminino				1kg
	Dardo	Masculino				800gr
	100 MT Barreiras	Feminino				0,84
16.10	100 MT Barreiras	Feminino	15.40	15.50/15.55	16.00	EXTRA – Ini/Juv (0,76)
16.25	110 MT Barreiras	Masculino	15.55	16.05/16.10	16.15	EXTRA – Ini/ Juv (0,91)
16.35	110 MT Barreiras	Masculino	16.05	16.15/16.20	16.25	1,06
16.50	200 Metros	Feminino	16.20	16.30/16.35	16.40	Series
17.05	200 Metros	Masculino	16.35	16.45/16.50	16.55	Series
17.20	400 MT Barreiras	Feminino	16.45	16.55/17.00	17.05	0,76
17.30	Triplo	Masculino	17.00	17.05/17.10	17.15	Tábua 11Mt
	Comprimento	Feminino				Tábua 3Mt
	Disco	Masculino				2kg
	Dardo	Feminino				600gr
17.35	400 MT Barreiras	Masculino		17.10/17.15	17.20	0,91
17.45	300 MT Barreiras	Masculino	17.15	17.25/17.30	17.35	EXTRA – Ini/ Juv (0,84)
18.00	800 Metros	Feminino	17.30	17.40/17.45	17.50	Séries
18.15	800 Metros	Masculino	17.45	17.55/18.00	18.05	Séries
18.30	5.000 Metros	Fem/ Masc	18.00	18.10/18.15	18.20	Pista 5/ Pista 1
19.00	4 x 400 Metros	Feminino	18.30	18.40/18.45	18.50	Séries
19.10	4 x 400 Metros	Masculino	18.40	18.50/18.55	19.00	Séries

### REGULAMENTO CAMPEONATO REGIONAL DE ABSOLUTO

**1** – As inscrições deverão ser efectuadas na plataforma CRONO AAALGARVE até à meia-noite do dia **27 de Junho (Quinta - feira)**, através da “Área de Clubes” e deverão ser confirmadas no secretariado da competição até à hora indicada em cada uma das jornadas;

**2** - As provas do **Campeonato Regional Absoluto** destinam-se a atletas federados dos escalões **Juvenil, Juniores, Seniores e Veteranos**;

**3** – Os atletas do campeonato poderão participar em **quatro provas nas duas Jornadas**, podendo só participar no máximo em **duas provas por Jornadas**, desde que uma delas seja uma estafeta de 4x100Metros;

**4** – Os atletas do escalão **Juvenil** poderão participar em todas as provas com **exceção** dos 3.000metros Obstáculos, 5.000metros, Peso (7,260 kg) e Martelo (7,260 kg).

**5** - Os atletas do escalão **Juvenil** que participem em corridas ou provas de marcha de distância igual ou superior a 300 Metros, não poderão participar posteriormente noutra corrida, prova de marcha ou concurso nessa jornada com exceção da estafeta de 4 x 100m;

No caso de um atleta participar numa eliminatória de uma prova de corrida ou concurso, que se realize antes da prova de corrida ou marcha de distância igual ou superior a 300 metros em que participe, não poderá participar nos ensaios que faltem ou na final que se realiza após esta prova.

**6** - Os atletas do escalão **Júnior** que participem em corridas ou provas de marcha de distância igual ou superior a 1.500 Metros, não poderão participar posteriormente noutra corrida ou prova de marcha nessa jornada com exceção da estafeta 4 x 100m;



# ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO ALGARVE

ÉPOCA 2018/2019

**7 – Concursos:** No salto em altura o processo de subida da fasquia será de 5 em 5cm até estarem 3 atletas em prova, subindo a partir daí de 3 em 3cm:

**8 – Lançamentos e saltos horizontais** os atletas realizam 3 ensaios + 3 para as 8 melhores marcas;

## **CLASSIFICAÇÕES:**

**1 –** Haverá classificação **Individual** nos Campeonatos em disputa (Absoluto), com medalhas para os três primeiros classificados de cada prova, e **Coletiva** para as três primeiras equipas de cada escalão/género;

**2 –** Para a classificação coletiva serão pontuados os 8 primeiros atletas, atribuindo-se ao primeiro 8 pontos, ao segundo 7, e assim sucessivamente até 1 ponto ao 8º classificado;

**3 –** Em cada prova só poderão pontuar até ao máximo de 3 atletas por clube, sendo os outros para efeitos de pontuação considerados como atletas individuais;

**4 –** Nestes Campeonatos, a classificação coletiva só considerará os clubes que tenham apresentado 3 atletas pontuados ou 5 atletas a participar;

**5 –** As normas regulamentares desta competição relativamente à participação dos atletas nas provas são aplicadas conforme o R.G.C. para os escalões presentes.

## **QUADRO DE PROVA DOS CAMPEONATOS REGIONAIS**

<b>SETORES</b>	<b>ABSOLUTO FEMININO</b>	<b>ABSOLUTO MASCULINO</b>
<b>Corridas</b>	<b>100 Metros</b>	<b>100 Metros</b>
	<i>200 Metros</i>	<i>200 Metros</i>
	<b>400 Metros</b>	<b>400 Metros</b>
	<i>800 Metros</i>	<i>800 Metros</i>
	<b>1.500 Metros</b>	<b>1.500 Metros</b>
	<i>5.000 Metros (Pista 5)</i>	<i>5.000 Metros (Pista 1)</i>
	<b>3.000 Metros Obstáculos (0,76)</b>	<b>3.000 Metros Obstáculos (0,91)</b>
<b>Barreiras</b>	<i>100 Metros Barreiras (0,84)</i>	<i>110 Metros Barreiras (1,067)</i>
	<i>400 Metros Barreiras (0,76)</i>	<i>400 Metros Barreiras (0,91)</i>
<b>Saltos</b>	<i>Comprimento (tábua a 3 mts)</i>	<i>Comprimento (tábua a 3 mts)</i>
	<b>Altura (início 1,25 mts)</b>	<b>Altura (início 1,40 mts)</b>
	<b>Vara (início a 2,00 mts)</b>	<b>Vara (início a 2,50 mts)</b>
	<i>Triplo (tábua a 9 mts)</i>	<i>Triplo (tábua a 11 mts)</i>
<b>Lançamentos</b>	<i>Disco (1kg)</i>	<i>Disco (2kg)</i>
	<b>Peso (4kg)</b>	<b>Peso (7,260kg)</b>
	<b>Martelo (4kg)</b>	<b>Martelo (7,260kg)</b>
	<i>Dardo (600gr)</i>	<i>Dardo (800gr)</i>
<b>Marcha</b>	<b>5.000 Marcha (Pista 1)</b>	<b>5.000 Marcha (Pista 5)</b>
<b>Estafetas</b>	<b>4 x 100 Metros</b>	<b>4 x 100 Metros</b>
	<i>4 x 400 Metros</i>	<i>4 x 400 Metros</i>

**A Negrito – Provas da 1ª Jornada**

Sublinhado e Itálico – Provas da 2ª Jornada

Saudações desportivas,

O Presidente da Direção