



1 ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE SANTARÉM

Comunicado nº 20 – 2013-2014

CAMP. REG. PROVAS COMBINADAS (AAS/ADAL) JUV. JUN e SEN.

RIO MAIOR 10/11 MAIO 2014

1ª JORNADA – SÁBADO 10.05

15.00	100 M	Decatlo
15.10	100 M.	Octatlo
15.20	100 M Barr	Heptatlo
15.30	100 M.Barr.	Heptatlo Juv.
15.40	Comprimento	Decatlo
	Comprimento	Octatlo
15.50	Altura	Heptatlo
16.00	Altura	Heptatlo Juv.
16.30	Peso	Decatlo a) b)
16.45	Peso 5kg	Octatlo
17.20	Peso 4 Kg	Heptatlo
	Peso 3kg	Heptatlo Juv.
17.30	Altura	Decatlo
18.15	200 M.	Heptatlo
18.30	200 M	Heptatlo Juv.
18.45	300 M.	Octatlo
19.30	400 M	Decatlo

2ª JORNADA – DOMINGO 11.05

9.00	110 M Barr.	Decatlo (1,06)
9.10	Comprimento	Heptatlo Juv.
9.20	110 M.Barr	Decatlo (1,00)
	110 M.Barr	Octatlo (0.91)
9.45	Disco	Decatlo c) d)
	Comprimento	Heptatlo
10.00	Altura	Octatlo
10.10	Dardo 500gr.	Heptatlo Juv.
10.45	Dardo 600gr.	Heptatlo
11.10	Vara	Decatlo
11.30	Dardo 700gr	Octatlo
11.45	800 M	Heptatlo Juv.
11.55	800 M.	Heptatlo
12.30	1000 M.	Octatlo
13.00	Dardo 800gr.	Decatlo
13.50	1 500 M	Decatlo

a) Jun 6 Kg b) Sen. 7,260 c) Jun. 1,750 d) Sen. 2 Kg

REGULAMENTO PROVAS COMBINADAS:

1. O Decatlo destina-se a atletas Juniores e Seniores. O Heptatlo destina-se a atletas Juniores e Seniores. Para Juvenis as provas serão o Octatlo Masc. e Heptatlo Fem., podendo participar nesta competição atletas Iniciados.
2. Será aplicado o RGC da FPA respeitante a provas combinadas.
3. A altura inicial das fasquias será acordada no início da competição.
4. Serão atribuídos prémios aos três primeiros classificados Juvenis, Juniores e Seniores, assim como medalha ao 1º sub-23. **As inscrições de atletas de outras Associações deverão dar entrada nesta Associação até dia 08 de Maio.**
5. **Só contarão para a classificação coletiva do Atleta completo o 1º classificado JUVENIL de cada equipa.**

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

