



# ASSOCIAÇÃO DISTRITAL ATLETISMO COIMBRA

Estádio Cidade de Coimbra 3º Piso

Rua D. Manuel I

## COMUNICADO OFICIAL Nº 15/2018

Para conhecimento dos Clubes Filiados e outros, F.P.A., A.A.R.R., Órgãos de Comunicação Social e demais interessados, comunica-se:

### **CAMPEONATO DISTRITAL DE INFANTIS** **CAMPEONATOS NACIONAIS INDIVIDUAIS ANDDI**

**Local:** Centro Estágio Luso

**Hora:** 14.30

**Data:** 05/06 de Maio de 2018

### PROGRAMA HORÁRIO

#### 1ª Jornada – 05 Maio 2018

Hora	Prova	Sexo	Escalão	Observações
14H30	400 m Marcha	M/F	Atividade Adaptada	ANDDI
	Comprimento (tábua 0,5m)	M/F	S.Down	ANDDI
	Comprimento s/tábua	M/F	Desenvolvimento	ANDDI
	Comprimento s tábua	M/F	Benjamins/Iniciados/Juniores	ANDDI
	Martelo (7,260)	M	Seniores	ANDDI
	Martelo (4)	F	Seniores	ANDDI
14H50	100 m Marcha	M/F	Atividade Adaptada	ANDDI
15H00	1.500 m Marcha	M/F	Iniciados/Desenvolvimento/S.Down	ANDDI
15H20	<b>Quadruplo (9M)</b>	<b>M/F</b>	<b>Infantis</b>	<b>E + D + E + D + queda</b> <b>D + E + D + E + queda</b>
15H30	110 m Barreiras (0,91)	M	Seniores	ANDDI
15H45	110 m Barreiras (0,84)	M	Juniores	ANDDI
15H55	100 m Barreiras (0,84)	F	Seniores	ANDDI
16H05	100 m Barreiras (0,76)	F	Juniores	ANDDI
16H15	80 m	M/F	Iniciados	ANDDI
16H15	Comprimento	M/F	Seniores	ANDDI
	Peso (2)	M/F	Benjamins	ANDDI
	Peso (3)	F	Iniciado/Juniores/Desenvolvimento/S.Down	ANDDI
	Peso (4)	M	Iniciado/Desenvolvimento/S.Down	ANDDI
	Peso (5)	M	Juniores	ANDDI
	Peso (7,260)	M	Seniores	ANDDI
	Peso (4)	F	Seniores	ANDDI
16H15	<b>Peso (2;3)</b>	<b>M/F</b>	<b>Infantis</b>	<b>ADAC</b>
16H25	60 m	M/F	Benjamins	ANDDI
16H35	<b>60 m</b>	<b>M/F</b>	<b>Infantis</b>	<b>ADAC (eliminatórias)</b>
16H55	50 m	M/F	Atividade Adaptada	ANDDI
17H05	100 m	F	Juniores/Desenvolvimento/S.Down (Séries)	ANDDI
17H15	100 m	M	Juniores/Desenvolvimento/S.Down (Séries)	ANDDI
17H25	100 m	M/F	Seniores	ANDDI/Prova Extra

<b>17H35</b>	<b>60 m</b>	<b>M/F</b>	<b>Infantis</b>	<b>ADAC (final)</b>
<b>17H45</b>	<b>400 m</b>	<b>M</b>	<i>Seniores/S.Down (Séries) Juv/Jun/Sen</i>	<i>ANDDI/Prova Extra</i>
<b>17H55</b>	<b>400 m</b>	<b>F</b>	<i>Seniores/S. Down (Séries) Juv/Jun/Sen</i>	<i>ANDDI/Prova Extra</i>
<b>18H05</b>	<b>300 m</b>	<b>M/F</b>	<i>Juniores/Desenvolvimento (Séries)</i>	<i>ANDDI</i>
<b>18H15</b>	<b>250 m</b>	<b>M/F</b>	<i>Iniciados (Séries)</i>	<i>ANDDI</i>
<b>18H30</b>	<b>1.000 m</b>	<b>M/F</b>	<b>Infantis</b>	<b>ADAC</b>
<b>18H40</b>	<b>1.500 m</b>	<b>M/F</b>	<i>S.Down/Iniciados/Juv/Jun/Sen</i>	<i>ANDDI/Prova Extra</i>
<b>18H55</b>	<b>4x60 m</b>	<b>M/F</b>	<b>Benjamins/Infantis</b>	<b>ANDDI/ADAC</b>
<b>19H05</b>	<b>4 x 100 m</b>	<b>M/F</b>	<i>Desenvolvimento/Juniores/S.Down</i>	<i>ANDDI</i>
<b>19H15</b>	<b>4 x 100 m</b>	<b>F</b>	<i>Seniores</i>	<i>ANDDI</i>
<b>19H25</b>	<b>4 x 100 m</b>	<b>M</b>	<i>Seniores</i>	<i>ANDDI</i>
	<b>800 m Marcha</b>	<b>M/F</b>	<i>Benjamins/S. Down</i>	<i>ANDDI</i>
<b>19H40</b>	<b>3.000 m Marcha</b>	<b>M/F</b>	<b>Infantis/Juniores/Seniores (Pista 1- 4)</b>	<b>ADAC/ANDDI</b>
	<b>5.000 m Marcha</b>	<b>M</b>	<i>Seniores (Pista 5- 8)</i>	<i>ANDDI</i>

<b>2ª Jornada – 06 Maio 2018</b>				
<b>09H00</b>	3.000 m	M/F	<i>Juniores/Seniores/Juvenis</i>	<i>ANDDI/Prova Extra</i>
<b>09H00</b>	<i>Dardo (700;800)</i>	<i>M</i>	<i>Juniores/Seniores</i>	<i>ANDDI/Prova Extra</i>
	<i>Dardo (600)</i>	<i>M</i>	<i>Desenvolvimento/S.Down</i>	<i>ANDDI</i>
	<i>Dardo (600)</i>	<i>F</i>	<i>Seniores</i>	<i>ANDDI</i>
	<i>Dardo (500/600/700)</i>	<i>M/F</i>	<b><i>Infantis/Iniciados/Juvenis/Juniores</i></b>	<b><i>ADAC/ANDDI</i></b>
	<i>Dardo (400)</i>	<i>F</i>	<b><i>Infantis/Desenvolvimento/Iniciados/S.Down</i></b>	<b><i>ADAC/ANDDI</i></b>
	<i>Comprimento s/ corrida</i>	<i>M/F</i>	<i>Atividade Adaptada</i>	<i>ANDDI</i>
	<i>Altura</i>	<i>M</i>	<b><i>Infantis/Iniciados/Seniores/Junior</i></b>	<b><i>ADAC/ANDDI</i></b>
<i>Altura</i>	<i>F</i>	<b><i>Infantis/Iniciados/Seniores/Junior</i></b>	<b><i>ADAC/ANDDI</i></b>	
<b>09H15</b>	<b><i>60 m Barreiras</i></b>	<b><i>M/F</i></b>	<b><i>Infantis</i></b>	<b><i>ADAC</i></b>
<b>09H25</b>	<i>80m Barreiras (0,76)</i>	<i>M/F</i>	<i>Iniciados</i>	<i>ANDDI</i>
<b>09H30</b>	<i>Triplo Salto (Tábua 7)</i>	<i>F</i>	<i>Seniores</i>	<i>ANDDI</i>
<b>09H40</b>	<i>400 m Barreiras (0,84)</i>	<i>M</i>	<i>Seniores</i>	<i>ANDDI/Prova Extra</i>
<b>09H50</b>	<i>400 m Barreiras (0,76)</i>	<i>F</i>	<i>Seniores</i>	<i>ANDDI/Prova Extra</i>
<b>10H00</b>	<i>1.000 m</i>	<i>M/F</i>	<i>Benjamins/Desenvolvimento</i>	<i>ANDDI</i>
<b>10H05</b>	<b><i>Comprimento (3+3 Ensaios)</i></b>	<b><i>M/F</i></b>	<b><i>Infantis</i></b>	<b><i>ADAC</i></b>
<b>10H20</b>	<i>200 m</i>	<i>M</i>	<i>Juniores/Seniores (Séries)</i>	<i>ANDDI</i>
<b>10H30</b>	<i>200 m</i>	<i>F</i>	<i>Juniores/Seniores (Séries)</i>	<i>ANDDI</i>
	<i>Arremesso Bola (163g)</i>	<i>M/F</i>	<i>Atividade Adaptada</i>	<i>ANDDI</i>
	<i>Arremesso Bola (163g)</i>	<i>M/F</i>	<i>Benjamins</i>	<i>ANDDI</i>
<b>10H40</b>	<i>200 m</i>	<i>M</i>	<i>Desenvolvimento/S.Down (Séries)</i>	<i>ANDDI</i>
<b>10H50</b>	<i>200 m</i>	<i>F</i>	<i>Desenvolvimento/S.Down (Séries)</i>	<i>ANDDI</i>
<b>11H00</b>	<i>200 m</i>	<i>F</i>	<i>Juv/Jun/Sen</i>	<b><i>Prova extra</i></b>
<b>11H10</b>	<i>200 m</i>	<i>M</i>	<i>Juv/Jun/Sen</i>	<b><i>Prova extra</i></b>
<b>11H20</b>	<b><i>150 m</i></b>	<b><i>M/F</i></b>	<b><i>Benjamins /Infantis</i></b>	<b><i>ANDDI/ADAC</i></b>
<b>11H20</b>	<i>Triplo Salto (Tábua 9)</i>	<i>M</i>	<i>Seniores</i>	<i>ANDDI</i>
<b>11H25</b>	<i>Disco (2 Kg)</i>	<i>M</i>	<i>Seniores</i>	<i>ANDDI</i>
	<i>Disco (1,5 Kg)</i>	<i>M</i>	<b><i>Juvenis/Juniores</i></b>	<b><i>ANDDI/Prova Extra</i></b>
	<i>Disco (1 Kg)</i>	<i>M</i>	<i>S.Down</i>	<i>ANDDI</i>
	<i>Disco (1 Kg)</i>	<i>F</i>	<i>Seniores/Juvenis</i>	<b><i>ANDDI/Prova Extra</i></b>
	<b><i>Disco (600 g)</i></b>	<b><i>F</i></b>	<b><i>Infantis</i></b>	<b><i>ADAC</i></b>
<i>Disco (750 g)</i>	<i>M/F</i>	<b><i>Infantis/Iniciados/Juniores/S.Down</i></b>	<b><i>ADAC/ANDDI</i></b>	
<b>11H30</b>	<b><i>600 m</i></b>	<b><i>M/F</i></b>	<b><i>Benjamins/Infantis</i></b>	<b><i>ANDDI/ADAC</i></b>
<b>11H40</b>	<i>800 m</i>	<i>M/F</i>	<i>S.Down/Iniciados/Juniores/Seniores</i>	<i>ANDDI</i>
<b>11.H55</b>	<i>4 x 50 m</i>	<i>M/F</i>	<i>Atividade Adaptada</i>	<i>ANDDI</i>
<b>12H05</b>	<i>4 x 80 m</i>	<i>M/F</i>	<i>Iniciados</i>	<i>ANDDI</i>
<b>12H20</b>	<i>4 x 300 m</i>	<i>M/F</i>	<i>Juniores</i>	<i>ANDDI</i>
<b>12H30</b>	<i>4 x 400 m</i>	<i>M/F</i>	<i>S.Down/Seniores</i>	<i>ANDDI</i>

**OBS: O Martelo Infantis Mas/Fem do Campeonato Distrital não se pode realizar, por não autorização da CMMealhada**

## Regulamento do Campeonato Distrital de Infantis

1. Estes campeonatos destinam-se a atletas masculinos e femininos dos escalões de **Benjamins B e Infantis**, filiados na Associação Distrital de Atletismo de Coimbra.
2. Os atletas poderão participar em três provas por competição quando esta se disputar numa só jornada, ou disputar 4 provas quando a competição se disputar em 2 dias, realizando neste caso duas provas por jornada.
3. Os atletas Infantis que participem numa corrida de distância igual ou superior a 150 metros não podem participar em mais nenhuma corrida que se dispute posteriormente nessa jornada com exceção da estafeta de 4x 60 metros, podendo participar nas que se disputem antes, desde que sejam de distância inferior.
4. No entanto os atletas que participem numa prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 600 metros não podem participar em mais nenhuma prova (marcha, concurso ou corrida, incluindo a estafeta de 4x60m) que se dispute posteriormente nessa jornada, podendo participar em provas que se disputem antes, desde que não contrarie o ponto 3.
5. No caso do atleta infantil estar a participar num concurso que ainda não tenha terminado e se desloque para participar numa prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 600 metros, não poderá continuar a participar nesse concurso após a realização dessa prova.
6. O atleta infantil no caso de participar na eliminatória de uma prova de velocidade ou barreiras que se realize antes de uma prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 600 metros em que o atleta participe, se o atleta for apurado para uma final que se realize após esta prova, não poderá participar nessa final.
7. **De acordo com o parágrafo f) ponto b) do regulamento de competição dos escalões jovens, os ATLETAS INFANTIS NÃO PODEM PARTICIPAR NOS 600 metros e 1000 metros EM DIAS SUCESSIVOS.**
8. **Nos concursos os atletas apenas terão direito a 3 ensaios para todos os participantes + 3 ensaios para os 8 (oito) melhores resultados de lançamentos/saltos.**
9. Cada clube pode inscrever um número ilimitado de atletas por prova. No entanto, apenas os três melhores classificados serão considerados para efeitos de classificação coletiva, por género, sendo as classificações coletivas elaboradas de acordo com o seguinte esquema de pontuação: 8-7-6-5-4-3-2-1.
10. Os desempates nas classificações coletivas serão a favor dos clubes que obtiverem mais primeiros lugares no conjunto das provas do programa; se o empate subsistir, aplica-se o mesmo critério em relação aos segundos lugares e assim sucessivamente.
11. As inscrições deverão ser feitas no secretariado até 30 minutos antes da respetiva prova, com a indicação da melhor marca obtida desde 16/10/2016.
12. **PRÉMIOS: Individuais – medalhas aos três primeiros de cada prova.  
Colectivos – Taças às três primeiras equipas Masc. e Fem.**
13. Apresentação - Corridas: 10 minutos e Concursos 20 minutos antes do horário previsto.
14. Os atletas devem ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para a correta colocação do dorsal.
15. **DORSAL de Época é indispensável para qualquer competição organizada pela Associação Distrital de Atletismo de Coimbra.**

ADAC 05 de Abril de 2018

A Direcção da ADAC