



ASSOCIAÇÃO DISTRITAL ATLETISMO COIMBRA

Estádio Cidade de Coimbra 3º Piso

Rua D. Manuel I

3030-320 Coimbra

COMUNICADO OFICIAL Nº 16/2018

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

KM JOVEM DISTRITAL **TORNEIO DE PISTA (BENJAMINS, INFANTIS E INICIADOS)**

Local: Estádio Cidade de Coimbra

Hora: 15.30

Data: 28 de Abril 2018

Dando cumprimento ao Calendário Distrital a Associação Distrital de Atletismo de Coimbra, vai levar a efeito no próximo dia 28 de Abril de 2018 as Competições supra referenciadas para as quais foi elaborado o seguinte:

PROGRAMA HORÁRIO

Hora da Prova	Prova	Sexo	Escalão	Observações
15H30	Dardo	F	Inf.a Vet.	400/500/600 – 4 Ensaios
	Altura	M	Benj. a Juv.	
	60 m Barreiras	F	Infantis	a)
15H45	60 m Barreiras	M	Infantis	b)
16H00	80 m Barreiras	F	Iniciados	c)
16H15	100 m Barreiras	M	Iniciados	d)
16H30	100 m	M/F	Juv. a Vet.	Séries
16H45	80 m	M/F	Iniciados	Séries
17H05	50 m	M/F	Benjamins	Séries
	Dardo	M	Inf.a Vet.	500/600/700/800 – 4 Ensaios
	Altura	F	Benj. a Juv.	
17H25	60 m	M/F	Infantis	Séries
17H40	200 m	M/F	Juv. a Vet.	Séries
18H00	600 m	M/F	Benjamins	Séries
18H15	1.000 m	M/F	Infantis	Séries
18H25	1.000 m	M/F	Iniciados	Séries
18H35	1.000 m	M/F	Juvenis	Séries
18H45	1.000 m	M/F	Jun. a Vet.	Séries

	Distância	Nº barreiras	Altura	1ª Barreira	Entre Barreiras	Última Barreira
a)	60 m	6 barreiras	0,76	12 m	7 m	13 m
b)	60 m	6 barreiras	0,76	12 m	7,5 m	10,5 m
c)	80 m	8 barreiras	0,76	12 m	8 m	12 m
d)	100 m	10 barreiras	0,84	13 m	8,5	10,5

Regulamento Torneio Jovem

- 1 - Poderão participar todos os interessados, masculinos e femininos, em representação de Clubes, Escolas e entidades desportivas. Todos os atletas não filiados que pretendam participar, deverão solicitar a sua inscrição através do e-mail geral.adacoimbra2018@gmail.com, **impreterivelmente até às 15.00 horas do dia 26 de Abril 2018** . A responsabilidade da sua participação é da entidade que representam.
- 2 - Os atletas só poderão participar nas provas do respectivo escalão.
- 3 - **Os atletas Benjamins só poderão participar neste torneio, nas competições devidamente assinaladas para o seu escalão;**
- 4 - Os atletas poderão participar num máximo de três (3) provas, tendo em atenção as normas regulamentares, para os respectivos escalões.
- 5 - **Prémios:** Medalhas aos três primeiros classificados de cada prova/escalão/sexo do Torneio (Benjamins Infantis e Iniciados).

Regulamento Km Jovem

O Km Jovem é um projecto da “Campanha Viva o Atletismo” onde se enquadram os escalões de Infantis, Iniciados e Juvenis de ambos os sexos.

A classificação colectiva será encontrada pela soma dos tempos do atleta de cada clube/escalão e será vencedora a equipa com melhor tempo.

No caso dos clubes não pontuarem em todos os escalões a classificação colectiva terá em atenção o número de atletas 5, ou 4, ou 3,... somando os respectivos tempos.

Prémios: Medalhas aos 5 primeiros classificados dos respectivos escalões Masculinos e Femininos.

Taças às 3 primeiras equipas de ambos os sexos.

ADAC, 10 de Abril de 2018

A Direcção da ADAC