



ASSOCIAÇÃO DISTRITAL ATLETISMO COIMBRA

Estádio Cidade de Coimbra 3º Piso

Rua D. Manuel I

3030-320 Coimbra

COMUNICADO OFICIAL Nº 18/2018

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 ABSOLUTO + SUB 23

LOCAL: Pista Atletismo Complexo Desportivo de Febres

DATA: 19 e 20 Maio 2018

Sábado, 19 de Maio de 2018

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs.:
15H15	60 Metros	Benj.B/Inf.	Fem.	Series	Torneio ADAC
	Lançamento Martelo (4 Kg.)	Juv. a Sen.	Fem.	Final	
	Lançamento Martelo (7,260 Kg.)	Jun. a Sen.	Masc.	Final	
	Salto em Comprimento	Juv. a Sen.	Masc.	Final	
	Salto em Altura	Juv. a Sen.	Fem.	Final	1,35-1,40-1,45-1,50-1,53-1,56-1,59-1,62-1,65-...
15H30	60 Metros	Benj.B/Inf.	Masc.	Series	Torneio ADAC
15H45	80 Metros	Inic.	Fem.	Series	Torneio ADAC
16H00	80 Metros	Inic.	Masc.	Series	Torneio ADAC
16H05	100 Metros	Juv. a Sen..	Fem.	Elim.	
16H20	100 Metros	Juv. a Sen..	Masc.	Elim.	
16H40	400 Metros	Juv. a Sen..	Fem.	Series	
16H55	400 Metros	Juv. a Sen.	Masc.	Series	
17H00	Lançamento de Peso (7,260 Kg.)	Jun. a Sen.	Masc.	Final	
	Lançamento de Peso (4 Kg.)	Juv. a Sen.	Fem.	Final	
	Salto em Comprimento	Juv.a Sen..	Fem.	Final	
17H10	1.500 Metros	Juv. a Sen.	Fem.	Series	
17H20	1.500 Metros	Juv. a Sen.	Masc.	Series	
17H30	1.500 Metros	Inic.	Fem./Masc	Series	Torneio ADAC
17H45	600 Metros	Inf.	Fem./Masc	Series	Torneio ADAC
18H00	100 Metros	Juv. a Sen.	Fem.	Final	
18H15	100 Metros	Juv. a Sen.	Masc.	Final	
18H25	3.000 M/Obst.	Jun. a Sen..	Fem.	Final	
18H40	5.000 Metros	Jun. a Sen.	Masc.	Final	
19H10	4X100 Metros	Juv. a Sen.	Fem.	Final	
19H20	4X100 Metros	Juv. a Sen.	Masc.	Final	

Domingo, 20 de Maio de 2018

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs.:
09H00	3.000 Metros	Juv. a Sen.	Fem	Serie	
	Triplo Salto	Juv. a Sen.	Fem.	Final	
	Salto c/Vara	Juv. a Sen.	Masc.	Final	2,30-2,50-2,70-2,90-3,10-3,30-3,50-3,60-3,70-3,80-3,90-...
09H15	3.000 Metros	Juv. a Sen.	Masc.	Serie	
09H30	400 M/Bar. (0,76)	Juv. a Sen.	Fem.	Serie	
09H50	400 M/Bar. (0,91)	Juv. a Sen.	Masc.	Serie	
10H00	Salto c/Vara	Juv. a Sen.	Fem.	Final	2,00-2,10-2,20-2,30-2,40-2,45-2,50-2,55-2,60-2,65-...
	Triplo Salto	Juv. a Sen.	Masc.	Final	
	Lançamento de Dardo (800 grs.)	Juv. a Sen.	Masc.	Final	
	Lançamento de Dardo (600 grs.)	Juv. a Sen.	Fem.	Final	
10H10	3.000 M/Obst.	Jun. a Sen.	Masc.	Final	
10H20	200 Metros	Juv. a Sen.	Fem.	Séries	
10H40	200 Metros	Juv. a Sen.	Masc.	Séries	
11H00	100 M/Bar. (0,84)	Juv. a Sen.	Fem.	Series	
11H10	Lançamento de Disco (2 Kg.)	Juv. a Sen.	Masc.	Final	
	Lançamento de Disco (1 Kg.)	Juv. a Sen.	Fem.	Final	
	Salto em Altura	Juv. a Sen.	Masc.	Final	1,60-1,65- 1,70-1,75 – 1,80 – 1,83 –1,86-1,89-1,92-1,95-...
11H20	110 M/Bar. (1,06)	Juv. a Sen.	Masc.	Séries	
11H35	800 Metros	Juv. a Sen.	Fem.	Serie	
11H45	800 Metros	Juv. a Sen.	Masc.	Serie	
12H00	4X400 Metros	Juv. a Sen.	Fem.	Serie	
12H15	4X400 Metros	Juv. a Sen.	Masc.	Serie	

Regulamento Campeonato Distrital Absoluto

- 1- Estes Campeonatos destinam-se a atletas Juvenis, Juniores, Seniores e Veteranos Masculinos e Femininos, filiados na ADAC que devem apresentar-se com o dorsal que lhes foi atribuído para a Época 2018. Os atletas Veteranos que participarem nestes Campeonatos serão considerados Seniores.
- 2 - A participação de atletas filiados em outras Associações Distritais é condicionada a parecer da Comissão Técnica Distrital, devendo os pedidos de participação dar entrada até às 15 horas da quinta-feira que antecede a competição.
- 3- Cada atleta pode participar em duas provas por dia, num máximo de três provas individuais no conjunto das duas jornadas.
- 4- Os atletas do escalão de Juvenis, podem participar em todas as provas do programa, com exceção das seguintes: 3.000 Metros Obst., 5.000 Metros, no Lançamento do Peso de 7.260Kg e no Lançamento do Martelo de 7.260Kg.
- 5- Os atletas do escalão de Juvenis que participem numa corrida ou prova de marcha de distância igual ou superior a 800 Metros, não poderão participar noutra corrida ou prova de marcha no mesmo dia.
- 6- Os atletas do escalão de Juniores que participem numa corrida ou prova de marcha de distância igual ou superior a 1.500 metros, não poderão participar noutra corrida ou prova de marcha no mesmo dia.
- 7- Cada clube pode inscrever um número ilimitado de atletas por prova. No entanto, apenas os 3 melhores classificados serão considerados para efeitos de classificação coletiva, sendo os restantes considerados individuais.
- 8- Serão elaboradas classificações individuais e coletivas, sendo as classificações coletivas elaboradas de acordo com o seguinte esquema de pontuação em cada prova: 8-7-6-5-4-3-2-1.
- 9- Os desempates nas classificações coletivas serão feitos 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.
- 10- **Os resultados das provas de 10.000M Masculinos e 5.000M Femininos, realizados em 25 de Abril de 2018 serão contabilizados ao fim da 2ª. Jornada.**
- 11- **PRÉMIOS**
Medalhas: Para os 3 Primeiros Classificados Campeonato Absolutos em cada prova
Taças: Às três primeiras equipas Masculinas e Femininas

Regulamento Campeonato Distrital Sub 23

- 1- Estes Campeonatos destinam-se a atletas Juniores e Sub 23 Masculinos e Femininos, filiados na ADAC que devem apresentar-se com o dorsal que lhes foi atribuído para a Época 2018
- 2 - A participação de atletas filiados em outras Associações Distritais é condicionada a parecer da Comissão Técnica Distrital, devendo os pedidos de participação dar entrada até às 15 horas da quinta-feira que antecede a competição.
- 3- Cada atleta pode participar em duas provas por dia, num máximo de três provas individuais no conjunto das duas jornadas.
- 4- Os atletas do escalão de Juniores que participem numa corrida ou prova de marcha de distância igual ou superior a 1.500 metros, não poderão participar noutra corrida ou prova de marcha no mesmo dia.
- 12- Cada clube pode inscrever um número ilimitado de atletas por prova. No entanto, apenas os 3 melhores classificados serão considerados para efeitos de classificação coletiva, sendo os restantes considerados individuais.
- 13- Serão elaboradas classificações individuais e coletivas, sendo as classificações coletivas elaboradas de acordo com o seguinte esquema de pontuação em cada prova: 8-7-6-5-4-3-2-1.
- 14- Os desempates nas classificações coletivas serão feitos 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.
- 15- **Os resultados das provas de 10.000M Masculinos e 5.000M Femininos, realizados em 25 de Abril de 2018 serão contabilizados ao fim da 2ª. Jornada.**
- 16- **PRÉMIOS**
Medalhas: Para os 3 Primeiros Classificados Campeonato Sub 23 em cada prova
Taças: Às três primeiras equipas Masculinas e Femininas

Torneio ADAC

- 1 - Este Torneio com organização da Associação Distrital de Atletismo de Coimbra é aberto a qualquer Associação do País, tendo em conta que os pedidos devem ser feitos até às 15 horas de Quinta-feira que antecede a competição.
- 2 – Serão atribuídos Diplomas a todos os Participantes.

Coimbra 07 de Maio de 2018

A Direcção