



## COMUNICADO OFICIAL

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 + PROVAS EXTRA

**Local:** Pista de Atletismo de Febres

**Hora:** 15H30

**Data:** 18/19 de Maio de 2019

#### PROGRAMA HORÁRIO

1ª Jornada – 18 Maio 2019

Hora	Prova	Sexo	Escalão	Observações
15H30	<i>Quadruplo (9M)</i>	<i>F/M</i>	<i>Infantis</i>	<i>E + D + E + D + queda D + E + D + E + queda</i>
	<i>Martelo</i>	<i>F/M</i>	<i>Infantis</i>	<i>2/3 Kg</i>
	<i>Martelo (4 Ensaios)</i>	<i>F/M</i>	<i>Ini/Juv/Jun/Sen/Vet</i>	<i>Prova Extra - 4 Ensaios</i>
	<i>60 m</i>	<i>F</i>	<i>Infantis + Benjamins B</i>	<i>Eliminatórias</i>
15H45	<i>60 m</i>	<i>M</i>	<i>Infantis + Benjamins B</i>	<i>Eliminatórias</i>
16H00	<i>80m</i>	<i>F</i>	<i>Iniciados</i>	<i>Prova extra</i>
16H15	<i>80m</i>	<i>M</i>	<i>Iniciados</i>	<i>Prova extra</i>
16H30	<i>100 m</i>	<i>F</i>	<i>Juvenis/Juniores/Seniores/Veteranos</i>	<i>Prova Extra</i>
16H45	<i>100 m</i>	<i>M</i>	<i>Juvenis/Juniores/Seniores/Veteranos</i>	<i>Prova Extra</i>
17H00	<i>60 m</i>	<i>F</i>	<i>Infantis + Benjamins B</i>	<i>Final</i>
17H10	<i>60 m</i>	<i>M</i>	<i>Infantis + Benjamins B</i>	<i>Final</i>
	<i>Altura</i>	<i>F/M</i>	<i>Infantis + Benjamins B</i>	
	<i>Peso</i>	<i>F/M</i>	<i>Infantis + Benjamins B</i>	<i>2/3 Kg</i>
	<i>Peso</i>	<i>F/M</i>	<i>Ini/Juv/Jun/Sen/Vet</i>	<i>Prova Extra - 4 Ensaios</i>
17H25	<i>400 m</i>	<i>F</i>	<i>Juvenis/Juniores/Seniores/Veteranos</i>	<i>Prova Extra</i>
17H35	<i>400 m</i>	<i>M</i>	<i>Juvenis/Juniores/Seniores/Veteranos</i>	<i>Prova Extra</i>
17H45	<i>1.000 m</i>	<i>F</i>	<i>Infantis + Benjamins B</i>	
17H55	<i>1.000 m</i>	<i>M</i>	<i>Infantis + Benjamins B</i>	
18H10	<i>1.500 m</i>	<i>F</i>	<i>Juvenis/Juniores/Seniores/Veteranos</i>	<i>Prova Extra</i>
18H20	<i>1.500 m</i>	<i>M</i>	<i>Juvenis/Juniores/Seniores/Veteranos</i>	<i>Prova Extra</i>
18H30	<i>4x60 m</i>	<i>F/M</i>	<i>Infantis + Benjamins B</i>	
18H50	<i>3.000MMx</i>	<i>F/M</i>	<i>Infantis</i>	

APOIOS:



CÂMARA MUNICIPAL  
COIMBRA



2ª Jornada – 19 Maio 2018				
09H45	<i>Dardo</i>	<i>F/M</i>	<i>Infantis</i>	<i>400/500 Grs</i>
	<i>Dardo</i>	<i>F/M</i>	<i>Ini/Juv/Jun/Sen/Vet.</i>	<i>Prova Extra - 4 Ensaios</i>
	<i>Comprimento</i>	<i>M</i>	<i>Infantis + Benjamins B</i>	
	<i>100 m Barreiras (0,84)</i>	<i>M</i>	<i>Iniciados</i>	<i>Prova Extra</i>
10H00	<i>80 m Barreiras (0,76)</i>	<i>F</i>	<i>Iniciados</i>	<i>Prova Extra</i>
10H15	<i>60 m Barreiras (0,76)</i>	<i>F</i>	<i>Infantis</i>	<i>Séries</i>
10H30	<i>60 m Barreiras (0,76)</i>	<i>M</i>	<i>Infantis</i>	<i>Séries</i>
10H45	<i>250 m</i>	<i>F</i>	<i>Iniciados</i>	<i>Prova Extra</i>
10H55	<i>250 m</i>	<i>M</i>	<i>Iniciados</i>	<i>Prova Extra</i>
	<i>Comprimento</i>	<i>F</i>	<i>Infantis + Benjamins B</i>	
11H05	<i>200 m</i>	<i>F</i>	<i>Juvenis/Juniores/Seniores/Veteranos</i>	<i>Prova Extra</i>
11H10	<i>200 m</i>	<i>M</i>	<i>Juvenis/Juniores/Seniores/Veteranos</i>	<i>Prova Extra</i>
	<i>Disco</i>	<i>F/M</i>	<i>Infantis</i>	<i>600/750 Grs</i>
	<i>Disco</i>	<i>F/M</i>	<i>Ini/Juv/Jun/Sen/Vet.</i>	<i>Prova Extra - 4 Ensaios</i>
11H20	<i>150 m</i>	<i>F</i>	<i>Infantis + Benjamins B</i>	<i>Séries</i>
11H30	<i>150 m</i>	<i>M</i>	<i>Infantis + Benjamins B</i>	<i>Séries</i>
11H45	<i>600 m</i>	<i>F</i>	<i>Infantis + Benjamins B</i>	<i>Séries</i>
11H55	<i>600 m</i>	<i>M</i>	<i>Infantis + Benjamins B</i>	<i>Séries</i>
12H10	<i>800 m</i>	<i>F</i>	<i>Juvenis/Juniores/Seniores/Veteranos</i>	<i>Prova Extra</i>
12H15	<i>800 m</i>	<i>M</i>	<i>Juvenis/Juniores/Seniores/Veteranos</i>	<i>Prova Extra</i>

## Regulamento do Campeonato Distrital de Infantis

- Estes campeonatos destinam-se a atletas masculinos e femininos dos escalões de **Benjamins B e Infantis**, filiados na Associação Distrital de Atletismo de Coimbra.
- Os atletas poderão participar em 4 provas incluindo a estafeta, realizando duas provas por jornada.
- 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.
- 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.
- 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.
- 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.
- 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.**
- Nos concursos os atletas apenas terão direito a 3 ensaios para todos os participantes + 3 ensaios para os 8 (oito) melhores resultados de lançamentos ou saltos.**
- 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 **nas corridas** deverão ser feitas no secretariado até 30 minutos antes da respetiva prova. Nos concursos serão efetuadas no local da prova
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. **Utilização de DORSAL de Época.**

ADAC 06 de Maio de 2019

A Direcção da ADAC

**APOIOS:**



CÂMARA MUNICIPAL  
COIMBRA



**gira Sol**