



Associação de Atletismo de Beja

(Filiada na Federação Portuguesa de Atletismo)

Rua Pablo Neruda, N.º.1-A

7800-327 BEJA

Tel/Fax: 284 325 447

Comunicado n.º. 08/2020

29 de Janeiro de 2020

Campeonato Distrital de Clubes e Individuais de Inverno

A Associação de Atletismo de Beja, com o apoio da Câmara Municipal de Odemira, vai levar a efeito no dia **01 de Fevereiro de 2020**, na Pista de Atletismo em Odemira, o Campeonato Distrital de Clubes e Individuais de Inverno.

Normas Regulamentares

- 1 – Só **podem participar atletas filiados** em representação de clubes filiados na Associação de Atletismo de Beja.
- 2 – Os atletas só podem participar em 2 provas, mais a estafeta.
- 3 – Os atletas Juvenis que participem em provas de distância igual ou superior a 300 metros, a seguir a esta, só poderão participar na estafeta, conforme o regulamento geral de competições.
- 4 - Os atletas Juniores/Seniores que participem em provas de distância igual ou superior a 1 500 metros, a seguir a esta, só poderão participar na estafeta, conforme o regulamento geral de competições.
- 5 – Nos concursos será aplicada a regra de **3 ensaios**, sendo apurados os 4 melhores para mais 3 tentativas.
- 6 – Para a classificação colectiva, só pontuam em cada prova os 3 melhores atletas de cada clube, sendo os outros, para efeitos de pontuação, considerados como atletas individuais, atribuindo-se 8 pontos ao 1.º Classificado, 7 ao segundo e assim sucessivamente até ao 8.º. que pontua 1 ponto.
- 7 – Haverá classificação colectiva Masculina e Feminina separada.
- 8 - **As inscrições devem ser enviadas para a Associação até ao dia 30.01.2020, 5feira.**
- 9 – Prémios: **Campeonato Distrital de Pista Inverno**
 - Taça à primeira equipa masculina e feminina. Medalhas aos 3 primeiros classificados em cada prova.



Associação de Atletismo de Beja

(Filiada na Federação Portuguesa de Atletismo)

Programa Horário

14.30 Horas	Concentração	
14.45 Horas	60 M/Barreiras (0.91/0.76)	Juv Masc/Fem Extra
15.00 Horas	60 Metros	Abs/Fem
15.00 Horas	Peso	Abs/Fem
15.00 Horas	Triplo Salto	Abs Masc/Fem tábua a 9m
15.00 Horas	Quadruplo	Inic Masc/Fem Extra tábua a 9m
15.10 Horas	60 Metros	Abs Masc
15.20 Horas	60 Metros	Inf/Inic Fem Extra
15.30 Horas	60 Metros	Inf/Inic Masc Extra
15.40 Horas	800 Metros	Abs Masc/Fem
15.50 Horas	200 Metros	Abs/Fem
16.00 Horas	200 Metros	Abs/Masc
16.00 Horas	Peso	Abs Masc
16.10 Horas	Comprimento	Abs Masc/Fem tábua a 3m
16.10 Horas	1000 Metros	Inf Masc/Fem Extra
16.20 Horas	1000 Metros	Inic Masc/Fem Extra
16.30 Horas	300 Metros	Inic/Juv Masc/Fem Extra
16.40 Horas	3000 Metros	Abs Masc/Fem
17.00 Horas	4x400 Metros	Abs/Fem
17.10 Horas	4x400 Metros	Abs/Masc

Director de Competição – Jorge Aniceto

Director de Reunião – Gonçalo Cruz

A Associação de Atletismo de Beja