



Comunicado nº.10/2024

12 de Janeiro de 2024

CAMPEONATO DISTRITAL DE LANÇAMENTOS LONGOS XIV MEMORIAL ANA RITA AMARO

A Associação de Atletismo de Beja com o apoio logístico da Câmara Municipal de Beja, vai realizar no dia **03 de Fevereiro de 2024** na Pista de Atletismo do Complexo Desportivo Fernando Mamede em Beja, o **Campeonato Distrital de Lançamentos Longos** conjuntamente com o **XIV Memorial Ana Rita Amaro**.

O programa Horário é o seguinte:

03 DE FEVEREIRO (SÁBADO)		
14H00	CONCENTRAÇÃO	
14H30	LANÇAMENTO DO MARTELO	INF + INIC + JUV + JUN + SEN + VET A, B, C MASC
	LANÇAMENTO DO DARDO	INFANTIS MASC
	LANÇAMENTO DO DARDO	INFANTIS FEM
	LANÇAMENTO DO DISCO	JUV + JUN + SEN + VET A, B, C FEM/MASC
16H00	LANÇAMENTO DO MARTELO	INF + INIC + JUV + JUN + SEN + VET A, B, C FEM
	LANÇAMENTO DO DARDO	INIC + JUV + JUN + SEN + VET A, B, C MASC
	LANÇAMENTO DO DARDO	INIC + JUV + JUN + SEN + VET A, B, C FEM
	LANÇAMENTO DO DISCO	INF + INIC MASC/FEM

NORMAS REGULAMENTARES:

- 1 - Podem participar atletas federados e populares.
- 2 - Os atletas federados utilizam o dorsal da época.
- 3 - Os Atletas Benjamins B, podem participar nas provas dos Infantis.
- 4 - Cada atleta apenas pode participar nas provas do seu escalão e no máximo em 2 concursos.
- 5 - Todos os atletas têm direito a **4 ensaios**.
- 6 - Prémios:

Campeonato Distrital de Lançamentos Longos (só para atletas da AABJ)

Individuais – Medalhas aos 3 primeiros em cada escalão/sexo.

Coletivos – Taça a 1.^a equipa Masculina e Feminina.

XIII Memorial Ana Rita Amaro

As classificações do Memorial serão realizadas através da tabela de pontuação da World Athletics, sendo premiados os 3 atletas/sexo com os lançamentos



mais pontuados, independentemente do escalão.

- Troféu para o melhor lançador Masculino e Feminino do Distrito.
- Medalhões, para os 3 primeiros classificados Masculinos e Femininos.

7 - Engenhos por escalão:

		Dardo	Disco	Martelo
Infantis	Fem	400g	600g	2kg
	Masc	500g	750g	3kg
Iniciado	Fem	500g	750g	3kg
	Masc	600g	1kg	4kg
Juvenis	Fem	500g	1kg	3kg
	Masc	700g	1,5kg	5kg
Juniões	Fem	600g	1kg	4kg
	Masc	800g	1,750kg	6kg
Seniores	Fem	600g	1kg	4kg
	Masc	800g	2kg	7,260kg
Vet A 35/44 anos	Vet A Fem	600g	1kg	4kg
	Vet A Masc	800g	2kg	7,260kg
Vet B 45/54 anos	Vet B Fem	500g	1kg	4kg
	Vet B Masc	700g	1,50kg	6kg
Vet C 55 + anos	Vet C Fem	500g	1kg	3kg
	Vet C Masc	600g	1kg	5kg

8 - INSCRIÇÕES: Devem ser feitas pelos clubes ou atletas individuais através da plataforma <https://fpacompeticoes.pt> impreterivelmente até às **23:59 horas da quinta-feira, dia 01.02.2024**. As confirmações serão realizadas on-line e estarão disponíveis entre as 12:00 horas do dia 02, sexta-feira e terminam 1 Hora antes do início da atividade em <https://fpacompeticoes.pt/>
Procedimento para Autorização de Participação em Competições da AABEJA

A participação nas competições da Associação de Atletismo de Beja está sujeita a vários procedimentos, nomeadamente:

- Inscrição dentro da data-limite de inscrição;
- Não são aceites inscrições, após a data-limite de inscrição;
- Não são aceites inscrições no dia da prova;
- Não são aceites inscrições à hora;

Nota: O programa horário poderá sofrer alterações, em função do número de juizes disponíveis no dia da competição e das inscrições realizadas.

Diretor de Competição – Jorge Aniceto
Diretor de Reunião – Maria Santos

A Associação de Atletismo de Beja