



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO

Campeonato Distrital de Infantis e Juvenis + Provas Extra

24 e 25 de Maio de 2019

PROGRAMA-HORÁRIO

1ª Jornada – Pista de Atletismo Zona de Lazer Castelo Branco

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Obs.
19:00	60m	Inf	F	
	Martelo	Inf/Juv	M/F	a)
	Altura	Inf/Juv	M	a)
19:10	60m	Inf	M	
19:20	50m	Benj	M/F	
19:30	200m	Juv	F	a)
19:40	200m	Juv	M	a)
	Altura	Inf/Juv	F	a)
	Disco	Inf/Juv	M	a)
19:50	300m	Juv	F	
20:00	300m	Juv	M	
20:10	400m	Jun, Sen	M	Prova Extra
20:15	400m	Jun, Sen	F	Prova Extra
20:20	1000m	Inf	F	
20:25	1000m	Inf	M	
	Disco	Inf/Juv	F	a)
	Comprimento	Benj	M/F	
20:30	800m	Juv	M	a)
20:40	800m	Juv	F	a)
20:50	2000m Obs.	Juv	M	
	Salto à Vara	Inf/Juv	M/F	a)
21:05	2000m Obs.	Juv	F	
	Quadruplo Salto/Triplo Salto	Inf/Juv	M/F	a)
21:30	4x300m	Juv	M/F	

Assinalados com a) estão as provas onde é possível haver participação extra.



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO

2ª Jornada – Pista de Atletismo Zona de Lazer de Castelo Branco

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Obs.
16:00	110m Bar	Juv	M	
	Dardo	Inf/Juv	F	a)
	Lançamento da bola	Benj.	F/M	
	Salto em Comprimento	Inf/Juv	M	a)
16:05	100m Bar	Juv	F	
16:10	60m Bar	Inf	F	
16:15	60m Bar	Inf	M	
16:30	100m	Juv	F	a)
16:40	100m	Juv	M	a)
	Peso	Inf/Juv	F	a)
16:50	150m	Inf	F	
16:55	150m	Inf	M	
17:00	600m	Benj/Inf	F	
17:05	600m	Benj/Inf	M	
	Dardo	Inf/Juv	M	a)
	Salto em Comprimento	Inf/Juv	F	a)
17:15	1500m	Juv	F	a)
17:15	1500m	Juv	M	a)
17:25	300m Bar	Juv	M	
17:30	300m Bar	Juv	F	
17:45	3000m	Juv	M/F	a)
	3000m Marcha/5000m Marcha	Inf/Juv	M/F	a)
18:25	Estafetas (4x60m e 4x100m)	Inf/Juv	M/F	

NOTA: O programa-horário poderá ser antecipado, caso não compareçam atletas para provas marcadas no horário. Assinalados com a) estão as provas onde é possível haver participação extra.

Regulamento

- Esta é uma competição realizada pela Associação de Atletismo de Castelo Branco
- Esta competição é destinada a atletas Federados.
- Estes Campeonatos destinam-se a atletas masculinos e femininos do escalão de Infantis e Juvenis.
- Os atletas do escalão de Iniciados podem participar em todas as provas do programa das competições de Juvenis, com exceção dos 2000 obst. e 3.000 metros, com base no

Quintal S. Marcos, 19, 1º 6000-146 Castelo Branco
Tel./Fax: 272341753 Email: cbranco@fpatletismo.org
www.aacb.net



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO

novo Regulamento Geral de Competições para esta categoria.

- Os atletas dos escalões Juniores e Seniores (Extra) poderão participar nas provas assinaladas com a) mais os 400m.
- Em todas as provas assinaladas com a) poderão participar outros atletas adaptando-se as condições de participação ao seu escalão.
- Os atletas do escalão de Benjamins (Extra) só poderão participar nos 50m, 600m, Salto em Comprimento e lançamento da bola.
- Cada atleta pode participar em duas provas por dia, num máximo de quatro provas individuais no conjunto das duas jornadas.
- Serão elaboradas classificações individuais. Ao melhor atleta de cada disciplina será atribuída uma medalha, correspondente ao Campeonato Distrital.
- Os atletas Benjamins, Infantis e Juvenis só poderão participar nas provas correspondentes ao seu escalão etário.
- A participação de todos os atletas estará subordinada ao Regulamento Geral de Competições em particular no que respeita ao número de provas a realizar e à distância das provas de corrida e marcha.
- A altura inicial da fasquia será combinada, entre os juízes e os atletas, no local da prova.
- As inscrições deverão ser enviadas para a AACB até ao dia 23 de Maio de 2019

Castelo Branco, 17 de Maio de 2019

O Director Técnico

Luís Oliveira