



**ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO**

## **Campeonato Distrital de Sub16**

**11 de maio de 2024**

**Local: Pista de Atletismo da Zona de Lazer Castelo Branco**

### **PROGRAMA HORÁRIO**

<b>Hora</b>	<b>Prova</b>	<b>Escalão</b>	<b>Sexo</b>	<b>Obs.</b>
15:00	3000m Obstáculos	Sub18 a Sen	Masc	
15:30	2000m Obstáculos	Sub18	Masc	
	Disco	Sub 14 a Sen	Masc/Fem	
16:00	Altura	Sub14 a Sen	Masc	
	Martelo (3Kg)	Sub16	Fem	
	80m	Sub16	Fem	
16:15	Comprimento	Sub14 a Sen	Fem	
16:20	100m bar (0,84)	Sub16	Masc	
16:30	Peso (4Kg)	Sub16	Masc	
	Peso (3Kg)	Sub16	Fem	
16:40	80m	Sub16	Masc	
16:45	Vara	Sub14 a Sen	Fem	
17:00	Comprimento	Sub14 a Sen	Masc	
	80m bar (0,76)	Sub16	Fem	
17:10	300m bar (0,76)	Sub16	Masc	
17:15	300m bar (0,76)	Sub16	Fem	
17:30	Martelo (4Kg)	Sub16	Masc	
17:40	Altura	Sub14 a Sen	Fem	
	800m	Sub14 a Sen	Masc	
17:45	800m	Sub14 a Sen	Fem	
18:00	1 500m Obst	Sub16	Masc	
	Triplo	Sub14 a Sen	Masc	
18:10	1 500m Obst	Sub16	Fem	
18:15	Dardo (500g)	Sub14 e Sub16	Fem	
18:20	200m	Sub18 a Sen	Masc	
18:25	200m	Sub18 a Sen	Fem	
18:30	1000m	Sub14 a Sen	Masc	



**ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO**

### **REGULAMENTO DE COMPETIÇÃO**

- Esta é uma competição realizada pela Associação de Atletismo de Castelo Branco.
- Esta competição é destinada a **atletas Federados**.
- Este Torneio destina-se a atletas masculinos e femininos de todos os escalões à exceção dos Benjamins.
- Cada atleta pode participar em três provas estando, no entanto, a sua participação condicionada ao estipulado no Regulamento Geral de Competições, nomeadamente no que diz respeito à distância das provas de corrida.
- Nos saltos e lançamentos apenas podem efectuar quatro ensaios.
- As inscrições deverão ser efetuadas na plataforma FPA Competições até ao dia 9 de maio de 2024.

**Castelo Branco, 6 de maio de 2024**

**O Director Técnico**

**Luís Oliveira**