



## ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO

### CAMPEONATO DISTRITAL DE ABSOLUTOS + PROVAS EXTRA

Pista Zona Lazer – Castelo Branco – 24 de janeiro de 2026

#### PROGRAMA HORÁRIO

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Obs.
14:30	60m Bar	Sub20 a Sen	Masc	1,06
	Triplo	Sub16 a Master	Masc	
	Triplo	Sub16 a Master	Fem	
14:40	60m	Sub14	Masc	
14:50	60m	Sub14	Fem	
15:00	60m	Sub16	Masc	
15:10	60m	Sub16	Fem	
15:20	60m	Sub18 a Master	Masc	
15:30	60m	Sub18 a Master	Fem	
	Altura	Todos	Masc/Fem	
	Peso	Todos	Masc/Fem	
15:45	400m	Sub18 a Master	Masc	
16:00	400m	Sub18 a Master	Fem	
16:15	Quádruplo	Sub14	Masc/Fem	
	300m	Sub16	Masc	
16:30	300m	Sub16	Fem	
	Comprimento	Sub14 a Master	Masc/Fem	
16:40	1500m	Sub16 a Master	Masc/Fem	
16:50	600m	Sub12 a Sub14	Masc/Fem	
17:00	3000m	Sub18 a Master	Masc/Fem	
	3000m Marcha	Sub16 a Master	Masc/Fem	



**REGULAMENTO DE COMPETIÇÃO**

- Esta é uma competição realizada pela Associação de Atletismo de Castelo Branco.
- Esta competição é destinada a atletas Federados e rege-se pelo Regulamento Geral de Competições.
- Cada atleta sénior pode participar nas provas que quiser.
- Cada atleta, dos outros escalões, pode participar num máximo de três provas.
- Serão elaboradas classificações individuais.
- As inscrições serão efetuadas no FPA Competições até dia 22 de janeiro de 2026.
- Qualquer omissão ao presente regulamento será resolvida de acordo com o Regulamento Geral de Competições.
- A altura inicial da fasquia será combinada, entre os juízes e os atletas, no local da prova.

**Castelo Branco, 19 de janeiro de 2026**

**O Diretor Técnico**

Prof. Luís Rechená