



# ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE SETÚBAL

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

FUNDADA EM 18 DE OUTUBRO DE 1983

RUA JOSÉ PEDRO DA SILVA, N.º 11 - R/C - ESQ.

PESSOA COLECTIVA N.º 501 408 657

TELEFONE 265 234 292 - FAX 265 523 436 - www.setubal-asas.com.pt - Email: asas@net.vodafone.pt - 2910-575 SETÚBAL

**COMUNICADO Nº 10/2018**

**Setúbal, 25/01/2018**

**COMPETIÇÃO: CAMP. REG. INICIADOS (2ª Jorn.)+ TROFÉU REG. BENJAMINS B ( 3ª Jorn.)  
+ TRIATLO JOVEM (INFANTIS)**

**LOCAL:** Pista Municipal de Atletismo da Sobreda - Almada

**DATA:** 04 de Fevereiro de 2018

**ORGANIZAÇÃO:** Associação Atletismo Setúbal

**APOIO:** Câmara Municipal Almada

## PROGRAMA - HORÁRIO

**Domingo (04 / Fevereiro)**

INSCRIÇÕES	APRESENTAÇÃO NA CÂMARA CHAMADA	ENTRADA NA PISTA	HORA DA PROVA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	Obs.
		9.00	9.30	Penta-Salto	BENJ. B	FEM	
		9.00	9.30	Vara	INIC.	MASC / FEM	(*) (a)
		9.00	9.30	Vara	INF.	MASC / FEM	Extra (a)
		9.00	9.30	Penta-Salto	BENJ. B	MASC	
<b>Até 9.15 – (i)</b>	9.40	9.50	10.00	60 m./Bar. (0.76)	INF.	MASC	TRIATLO
<b>Até 9.30 – (i)</b>	9.55	10.05	10.15	60 m./Bar. (0.76)	INF.	FEM	TRIATLO
Até 10.00	10.10	10.20	10.30	50 m./Bar. (0.60)	BENJ. B	FEM	
		10.00	10.30	Disco (750g / 1 kg)	INIC.	FEM/MASC	
		10.00	10.30	Comprimento	INF.	MASC	TRIATLO
		10.00	10.30	Comprimento	INF.	FEM	TRIATLO
Até 10.15	10.25	10.35	10.45	50 m./Bar.	BENJ. B	MASC	
Até 10.45	10.55	11.05	11.15	250 metros	INIC.	MASC	
Até 11.00	11.10	11.20	11.30	250 metros	INIC.	FEM	
		11.00	11.30	Peso (2 kg)	INF.	MASC	TRIATLO
		11.00	11.30	Peso (3 kg)	INF.	FEM	TRIATLO
Até 11.15	11.25	11.35	11.45	1.500 metros	INIC.	MASC	
Até 11.30	11.40	11.50	12.00	1.500 metros	INIC.	FEM	

**Nota:** Este programa horário, pode sofrer ajustamentos caso surjam situações que o justifiquem.

(\*) - Sem atribuição de título regional.

## REGULAMENTO

### **CAMPEONATO REGIONAL INICIADOS**

#### ALTURA DAS FASQUIAS

(a) - Inicia a 1.60; 1.70; 1.80; 1.90; 2.00; 2.10; 2.15 .....

#### PARTICIPAÇÃO

- Só podem participar atletas federados e do desporto escolar do escalão de Iniciados (só serão atribuídos títulos de campeões regionais aos atletas federados);
- Cada atleta poderá participar no máximo em 2 provas nesta jornada;
- Os atletas que participem numa corrida ou prova de marcha de distância igual ou superior a 250 metros, não poderão participar em mais nenhuma corrida, prova de marcha ou concurso que se realize posteriormente.

#### CONCURSOS

- Todos os atletas têm direito a 3 ensaios e os 8 primeiros a mais 3 ensaios.

#### PRÉMIOS

- MEDALHAS aos 3 primeiros classificados de cada prova e género, (atribuição de título regional).

### **TROFÉU REGIONAL BENJAMINS B**

#### PARTICIPAÇÃO

- Só podem participar atletas federados do escalão de Benjamins B e Desporto Escolar;
- Cada atleta pode participar em 2 provas em cada jornada.
- **50 M./ BARREIRAS** – Partida igual aos 50 metros. A distância entre barreiras é de 6 metros, a distância à 1ª barreira é de 10 metros e a distância da última barreira à meta é de 10 metros. A altura das barreiras é de 60cm. São 6 barreiras.
- **PENTA - SALTO** – Partindo da posição de parado, executar 4 steps e cair a pés juntos na areia. As distâncias das (chamadas) a decidir no local.

#### CONCURSOS

- Cada atleta tem direito a 3 ensaios.

#### PRÉMIOS

- MEDALHAS aos 3 primeiros classificados em cada prova e género.

## TRIATLO (INFANTIS)

### **PARTICIPAÇÃO**

- Só podem participar atletas Infantis federados e do desporto escolar;
- Os atletas Benjamins não podem participar nesta competição;
- Os atletas só podem competir no seu escalão;
- Qualquer atleta que não tente realizar uma partida ou um ensaio numa das provas, não pode participar nas provas seguintes.

### **CONCURSOS**

- Cada atleta tem direito a 3 ensaios.

### **PRÉMIOS**

- Serão atribuídos MEDALHAS aos 3 primeiros classificados em Masc. e Fem.

### **INSCRIÇÕES - (i)**

- Terão que ser efetuadas, no local, de acordo com o horário do programa e feitas na Folha que enviamos em anexo.

## PROVA EXTRA (VARA)

### **PARTICIPAÇÃO**

- Só podem participar atletas do escalão de Infantil.
- Os atletas que participarem na Vara não podem participar no Triatlo de Infantis.

- Os casos Omissos ou eventuais alterações ao presente Regulamento e Programa Horário, serão resolvidos pela Organização ouvido o Diretor Técnico Regional.
- A participação de atletas de outras Associações, é regulamentada pelas normas da Circular nº 10/2018.

Pel'O Departamento Técnico  
da As.A.S.



# ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE SETÚBAL

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

FUNDADA EM 18 DE OUTUBRO DE 1983

RUA JOSÉ PEDRO DA SILVA, N.º 11 - R/C - ESQ.

PESSOA COLECTIVA N.º 501 408 657

TELEFONE 265 234 292 - FAX 265 523 436 - www.setubal-asas.com.pt - Email: asas@net.vodafone.pt - 2910-575 SETÚBAL

## FOLHA DE INSCRIÇÃO PARA O TRIATLO

Clube: \_\_\_\_\_

### INFANTIS

#### MASCULINOS

DORSAL	NOME	PROVA	MARCA
		60 m./Barreiras	
		60 m./Barreiras	
		60 m./Barreiras	
		60 m./Barreiras	
		60 m./Barreiras	
		60 m./Barreiras	
		60 m./Barreiras	
		60 m./Barreiras	

#### FEMININOS

DORSAL	NOME	PROVA	MARCA
		60 m./Barreiras	
		60 m./Barreiras	
		60 m./Barreiras	
		60 m./Barreiras	
		60 m./Barreiras	
		60 m./Barreiras	
		60 m./Barreiras	
		60 m./Barreiras	

Delegado do Clube \_\_\_\_\_