

**CAMPEONATO ABSOLUTO DAS BEIRAS****Coimbra**

12 e 13 de Julho de 2008

1 - INTRODUÇÃO

O Agrupamento das Beiras, liderado pela Associação Distrital Atletismo de Coimbra na época 2007/2008, irá organizar nos dias 12 e 13 de Julho de 2008, na Pista do Estádio Cidade de Coimbra, o campeonato supra referenciado.

2 - ÂMBITO

Nesta competição podem participar Atletas Juvenis, Juniores e Seniores representando clubes filiados em qualquer das Associações que integram o Agrupamento das Beiras, desde que possuam mínimos de participação e cumpram o disposto no Regulamento da Competição.

3 - PROGRAMA-HORÁRIO

1ª JORNADA – SÁBADO – 12 de JULHO de 2008				
Hora	Prova	Escalaão	Sexo	Observações
15.45	Vara	Juv./Jun./Sen.	Femininos	a)
	Martelo	Juv./Jun./Sen.	Femininos	4 Kg
16.00	400 m Barreiras	Juv./Jun./Sen.	Femininos	Séries/0,76m
	Altura	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	b)
16.20	400 m Barreiras	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	Séries/0,914m
16.35	100 metros	Juv./Jun./Sen.	Femininos	Eliminatórias
16.50	100 metros	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	Eliminatórias
	Comprimento	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	
17.10	400 metros	Juv./Jun./Sen.	Femininos	Séries
	Dardo	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	800g
17.25	400 metros	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	Séries
17.40	1.500 metros	Juv./Jun./Sen.	Femininos	Séries
17.50	1.500 metros	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	Séries
18.05	100 metros	Juv./Jun./Sen.	Femininos	Final
	Peso	Jun./Sen.	Masculinos	7,260Kg
18.15	100 metros	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	Final
18.25	5.000 metros	Jun./Sen.	Masculinos	Séries
	Triplo Salto	Juv./Jun./Sen.	Femininos	Tábua 9m
	Disco	Juv./Jun./Sen.	Femininos	1 Kg
18.45	4 x100 metros	Juv./Jun./Sen.	Femininos	Séries
19.00	4 x100 metros	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	Séries
19.15	3.000 m Obstáculos	Jun./Sen.	Femininos	Séries/0,76m
19.30	10..000m Marcha	Juv./Jun./Sen.	Femininos	Pistas: 1 a 3
	10..000m Marcha	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	Pistas: 4 a 6

**2ª JORNADA – DOMINGO – 13 DE JULHO DE 2008**

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Observações
15.15	Vara	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	c)
	Martelo	Jun./Sen.	Masculinos	7,260Kg
15.30	110 m Barreiras	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	Eliminatórias/1,067m
15.50	100 m Barreiras	Juv./Jun./Sen.	Femininos	Eliminatórias/0,84m
16.05	200 metros	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	Eliminatórias
16.20	200 metros	Juv./Jun./Sen.	Femininos	Eliminatórias
	Comprimento	Juv./Jun./Sen.	Femininos	
16.35	800 metros	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	Séries
	Disco	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	2 Kg
16.50	800 metros	Juv./Jun./Sen.	Femininos	Séries
17.10	110 m Barreiras	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	Final/1,067m
	Altura	Juv./Jun./Sen.	Femininos	d)
	Peso	Juv./Jun./Sen.	Femininos	4 Kg
17.25	100 m Barreiras	Juv./Jun./Sen.	Femininos	Final/0,84m
17.40	200 metros	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	Final
	Triplo Salto	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	Tábua 11m
	Dardo	Juv./Jun./Sen.	Femininos	600g
17.50	200 metros	Juv./Jun./Sen.	Femininos	Final
18.00	3.000 metros	Juv./Jun./Sen.	Femininos	Séries
18.20	3.000 m Obstáculos	Jun./Sen.	Masculinos	Séries/0,914m
18.35	4 x400 metros	Juv./Jun./Sen.	Masculinos	Séries
18.45	4 x400 metros	Juv./Jun./Sen.	Femininos	Séries

PROGRESSÃO DAS FASQUIAS

a)	1,80	2,00	2,20	2,40	2,50	2,60	2,70	2,80	2,86	...+ 6 cm
b)	1,70	1,75	1,80	1,85	1,90	1,93	1,96	1,98	2,00	...+ 2 cm
c)	2,80	3,00	3,20	3,40	3,55	3,70	3,85	3,95	4,03	...+ 8 cm
d)	1,30	1,35	1,40	1,45	1,50	1,53	1,56	1,58	1,60	...+ 2 cm

4 - REGULAMENTO DA COMPETIÇÃO

- Podem participar todos os atletas que tenham alcançado os mínimos de participação referenciados no ponto 7.
- Cada Clube pode apresentar no máximo quatro atletas por prova e uma equipa de estafeta. Dos quatro atletas por prova só os dois melhores pontuarão para a classificação colectiva.
- Os clubes que não tenham nenhum atleta com mínimos, no conjunto de todas as provas do programa, poderão inscrever um atleta masculino e outro feminino numa das corridas disputadas por séries.



- d) Os Atletas podem participar em duas provas por dia, num máximo de três no conjunto dos dois dias, respeitando o Regulamento Geral de Competições, nomeadamente os atletas Juvenis e Juniores.
- e) As corridas de distância igual ou superior a 400 metros, bem como as corridas de estafetas, serão realizadas por séries.
- f) Se um atleta faltar a alguma das provas em que se inscreveu e confirmou a participação, ou não comparecer a uma final para a qual se qualificou, sem apresentar justificação prévia e válida não será autorizado a participar nas restantes.
- g) Haverá classificações individuais em cada uma das provas e classificação colectiva em Masculinos e Femininos.
- h) A classificação colectiva será encontrada pelo somatório dos pontos alcançados pelos atletas classificados nos 12 primeiros lugares da cada prova (1º 12p, 2º 11p, 3º 10p, 4º 9p, 5º 8p, 6º 7p, 7º 6p, 8º 5p, 9º 4p, 10º 3p, 11º 2p, 12º 1 ponto), desde que as marcas alcançadas sejam iguais ou melhores do que os mínimos de participação/pontuação e de acordo com o definido no ponto 4 b).
- i) Será considerado Campeão das Beiras, em Masculinos e Femininos o Clube cuja equipa obtiver o maior número de pontos.

5 - INSCRIÇÕES

Deverão ser realizadas em ficha própria, preenchendo todos os dados nela solicitados, com especial atenção aos mínimos de participação.

Os Clubes devem enviar as inscrições para a sua Associação a que pertencem, até ao dia 09 de Julho de 2008.

Cada Associação deve verificar de forma rigorosa os elementos constantes das fichas de inscrição, devendo remetê-las à Associação organizadora até ao dia 10 de Julho de 2008.

Em caso de ser detectada alguma anomalia ao estipulado nos Regulamentos em vigor, o(s) atleta(s) infractor(es) não será(ão) admitido(s) na competição.

A confirmação das inscrições deverá ser feita até uma hora antes do horário previsto para o início da respectiva prova.

Os Atletas terão de se apresentar na Câmara de Chamada dentro dos seguintes tempos limite:

Corridas de velocidade e barreiras	***** 20 minutos antes *****
Meio Fundo e Marcha	***** 10 minutos antes *****
Saltos	***** 30 minutos antes *****
Lançamento	***** 30 minutos antes *****

**6 - SECRETARIADO**

Os resultados oficiais ficarão a cargo da Associação Distrital Atletismo de Coimbra.

7 - MÍNIMOS DE PARTICIPAÇÃO E DE PONTUAÇÃO

Prova	Masc.	Fem.	Prova	Masc.	Fem.
100 m	11.84 / 11.6	13.94 / 13.7	4x400 M	S/ mínimos	S/ mínimos
200 m	24.04 / 23.8	28.94 / 28.7	10.000m Marcha	1:00.00	1:10.00
400 m	53.74 / 53.6	68.64 / 68.5	Altura	1,75m	1,35m
800 m	2.03,00	2.32,0	Vara	3,00m	2,00m
1.500 m	4.10,00	5.20,0	Comprimento	6,15m	4,60m
5.000 m	16.30,00	x	Triplo Salto	12,50m	9,40m
110/100 m Barr	17.84 / 17.6	18.24 / 18.0	Peso	11,00m	8,30m
400 m Barr.	60.64 / 60.5	76.64 / 76.5	Disco	31,00m	23,00m
3.000 m Obst.	10.20,00	13.00,00	Dardo	40,00m	24,00m
4x100 m	S/ mínimos	S/ mínimos	Martelo	34,00m	23,00m

O prazo de obtenção de mínimos de participação nas provas que o exigam é entre 16 de Outubro de 2006 e 05 de Julho de 2008 (inclusive).

8 - PRÉMIOS

Serão distribuídos medalhões aos 3 primeiros classificados em cada escalão/sexo.

Serão atribuídas Taças ou Troféus às 3 primeiras equipas classificadas Masculinas e Femininas.

9 - DIRECÇÃO E OFICIAIS DE COMPETIÇÃO

Director da Competição	A Nomear
Director da Reunião	A Nomear
Delegado da Organização	A Nomear
Delegado Técnico	A Nomear
Juízes – Árbitros	A Nomear
Júri de Apelo	A Nomear